# Ambalaj antimicrobian

*Un ambalaj alimentar inteligent, care eliberează lent substanțe antimicrobiene, putând astfel ucide bacterii nocive, precum E. coli sau Listeria, va menține carnea, peștele, legumele și fructele proaspete pentru mai mult timp, susțin savanții care l-au inventat – o echipă de cercetători de la Universitatea Tehnologică Nanyang, Singapore și Universitatea Harvard.*

*În testele de laborator, ambalajul a extins durata de valabilitate a fructelor proaspete cu până la trei zile, prin comparație cu ambalajele clasice. Deși arată ca o folie de material plastic transparent absolut obișnuită, ambalajul este realizat din materiale biodegradabile, printr-un proces numit „electrorotire", în care firele unei soluții de polimeri încărcate electric sunt trase în fire.*

*Principalul ingredient al materialului din care ambalajul este produs este un tip de proteină din porumb, numită „zeină", care este un produs rezidual rezultat în urma fabricării etanolului din ulei sau amidon de porumb, la care se adaugă celuloză din porumb și acid acetic (oțet).*

*Ambalajul este apoi „infuzat" cu un cocktail de compuși antimicrobieni naturali, derivați din plante, inclusiv ulei de cimbru și acid citric. Expuse la o creștere a umidității sau la anumite enzime eliberate de bacteriile dăunătoare, fibrele din ambalaj eliberează substanțe antimicrobiene, permițând conservarea și păstrarea mai bună, pe termen îndelungat, a produselor ambalate.*

# „Mașina-cameleon"

***Dacă nu vă puteți decide ce culoare să aibă următoarea dumneavoastră mașină, BMW are o soluție capabilă să satisfacă toate gusturile în materie coloristică: noul model iX Flow își poate schimba culoarea caroseriei, de la negru la alb printr-o simplă apăsare de buton.***

Capacitatea de schimbare a culorii utilizează aceeași tehnologie electroforetică „E Ink" inventată pentru cititoarele e-Book, deși culoarea este aplicată pe o caroserie auto specială. Electroforeza funcționează prin folosirea unui câmp electric aplicat pentru a separa moleculele – în acest caz pigmenți negri și albi – pe baza sarcinilor electrice diferite.

Suprafața modelului iX Flow conține milioane de microcapsule – fiecare având diametrul cât grosimea unui fir de păr uman, cu pigmenți albi încărcați negativ și pigmenți negri cu sarcină pozitivă. Când caroseria mașinii este stimulată de un câmp electric, pigmenții albi sau cei negri se adună la suprafața microcapsulelor, dând mașinii culoarea dorită.

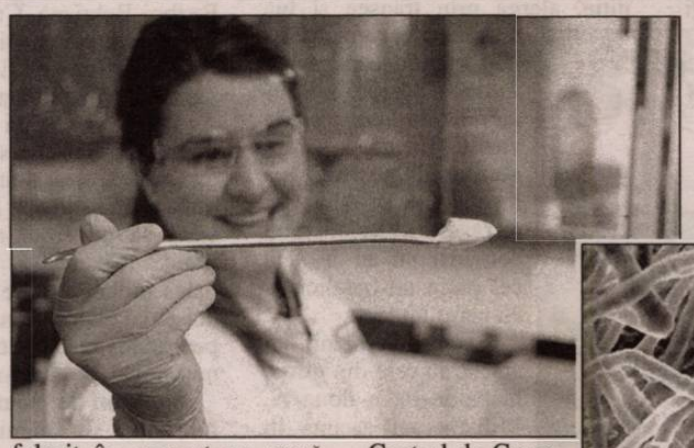
Pe lângă beneficiile estetice, schimbarea culorii mașinii ar putea fi folosită și pentru creșterea eficienței energetice și reducerea consumului de combustibil, în condiții de caniculă și ger, diminuând presiunea asupra instalației de aer condiționat sau a sistemului de încălzire.

Specialiștii de la BMW anunță că pe viitor aceeași tehnologie va fi folosită și pentru interioarele noilor modele, permițând șoferilor să schimbe culoarea acestora.

# Albuș de ou din ciuperci

Un tip de ou vegan și prietenos cu mediul, care ar putea oferi o alternativă la creșterea intensivă de găini în ferme zootehnice, a fost creat folosind fungi de către cercetătorii finlandezi. Aceștia au reușit să producă ovalbumina, principala proteină din oul de găină, din *Trichoderma reesei (T. reesei)*, o specie de ciuperci mezofilă și filamentoasă responsabilă de degradarea hainelor.

Ovalbumina produsă etic prin folosirea de T.reesei, numită „Tr-OVA", ar putea deveni un înlocuitor sustenabil pentru pulberea proteică de albuș de ou, un ingredient folosit în prezent pe scară largă în industria alimentară.



Trichoderma reesei

Cercetătorii au stabilit că Tr-OVA ar putea reduce necesarul de teren cu aproape 90% și gazele de seră cu 55%, în comparație cu producția de ouă de găină. Pentru a crea noua substanță, savanții de la Centrul de Cercetări Tehnice VTT din Helsinki au identificat mai întâi codul genetic al ovalbuminei, responsabilă de 54% dintre proteinele din albușul de ou. Gena purtătoare a modelului ovalbuminei a fost inserată cu ajutorul procedurilor biotehnologiei moderne în ciuperci, care ulterior au secretat aceeași proteină produsă de găini. Proteina de ovalbumină vegetală a fost separată din celule, concentrată și uscată pentru a crea în final o pulbere.

Noua metodă ar putea constitui o soluție pentru consumul tot mai ridicat de ouă al planetei – mai ales în situația actuală, când creșterea intensivă de găini ouătoare generează tot mai des epidemii de boli zonotice, fiind un important rezervor de patogeni umani.

# Apă descoperită în solul Lunii

Robotul selenar chinez Chang'e-5 este primul dispozitiv trimis de oameni pe suprafața Lunii care a detectat prezența apei în solul satelitului nostru natural. Aselenizat pe 1 decembrie 2020, ca parte a unei misiuni de colectare de roci și mostre de sol selenar, robotul a efectuat o serie de măsurători științifice, inclusiv reflectanța spectrală a rocilor lunare. Reflectanța spectrală este un proces prin care lumina reflectată de roci poate releva compoziția chimică a acestora, inclusiv nivelele moleculelor de diverse elemente, precum oxigenul sau hidrogenul.

Cercetătorii chinezi au descoperit că în unele tipuri de roci, la o latitudine mediană a Lunii, erau prezente molecule de apă în raport de 120 de părți per milion, iar în altele de 180 de părți per milion.

Aceasta confirmă, în sfârșit, ipoteza lansată de NASA folosind telescoape de pe Pământ, care specula, de asemenea, că în rocile lunare ar putea exista urme de apă. Se speră că astronauții care vor trăi pe Lună în viitor vor putea să extragă oxigen și hidrogen molecular din roci pentru a produce apă și oxigen pur.

Pentru aceasta, solul lunar va fi mai întâi vaporizat, în prezența hidrogenului și a metanului, apoi „spălat" cu hidrogen gazos. Încălzite la temperaturi de circa 1000 de grade Celsius, mineralele se vor transforma direct din solide în gaze.

Gazele produse și metanul rezidual vor fi trimise către un convertor catalitic și un condesator, care va separa apa, iar oxigenul va fi apoi extras prin electroliză.

# Strugurii, benefici pentru sănătate

Un consum moderat, dar constant de struguri, chiar și perioada sezonului rece, e de natură să scadă considerabil nivelul de colesterol din sânge, ajutând la prevenirea infarctului și a accidentelor vasculare cerebrale, sugerează un studiu efectuat la Universitatea California, Los Angeles.

Cercetătorii de aici au oferit zilnic participanților la studiu 46 de grame de pulbere de struguri, reprezentând echivalentul a două porții de struguri de masă de California. „Am descoperit nu doar că strugurii au efecte remarcabile în scăderea colesterolului, ci și că au un efect benefic asupra bacteriilor intestinale, întărind astfel sistemul imunitar", afirmă Zhaoping Li, nutriționist și profesor de medicină la instituția menționată.

Cei 19 voluntari participanți la studiu au consumat timp de patru săptămâni o dietă cu un nivel scăzut de fibre și polifenoli (substanțe chimice existente în fructe, legume, cafea, ceai, ciocolată și cereale, dar cu precădere în strugurii roșii), apoi alte patru săptămâni acestei diete i s-au adăugat 46 grame de pulbere de struguri.

Au fost prelevate mostre de fecale și urină înainte de perioada suplimentării alimentației cu pulbere de struguri și după aceea. Analizele efectuate au demonstrat o creștere a diversității microbiene după introducerea pudrei de struguri, în special la nivelul bacteriei Akkermansia, care are efecte benefice asupra metabolismului glucozei și al lipidelor.

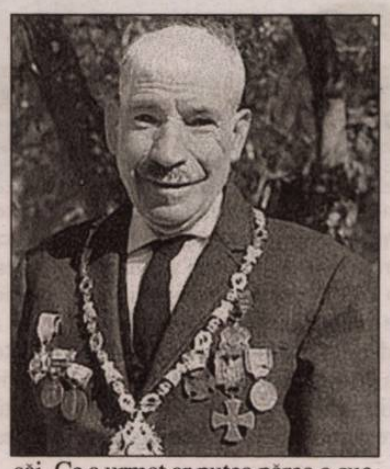
De asemenea, s-a remarcat o creștere a nivelului colesterolului total, cu 6,1% și a celui LDL cu 5,9%. De asemenea, acizii biliari, legați de metabolismul colesterolului, au scăzut cu 40,9%.

*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**

# Soldatul care valora
## cât un milion de soldaţi

***Eroul rândurilor următoare nu a părut niciodată destinat unor fapte măreţe, dar un război în care el nu avea nicio miză personală i-a dat prilejul unor acţiuni de care probabil nu se credea capabil. Anibal Augusto Milhais Gote s-a născut pe 9 iulie 1895 la Valongo, lângă Porto.***

Muncitor în fabrică, fără nicio educaţie în afara a câteva clase primare, el a fost înrolat în armata portugheză în iulie 1915 şi trimis apoi în Corpul Expediţionar Portughez, comandat de generalul Fereira do Amaral. Foarte curând, timidul şi scundul Milhais (avea doar 1,55 m înălţime şi fusese la un pas de a fi clasat, ca inapt, de comisia de încorporare), se va remarca drept un excelent ţintaş.



În aprilie 1918, el se afla în tranşeele din Franţa, încercând să ţină piept inamicului, când germanii au declanşat pe neaşteptate faimoasa lor „ofensivă de primăvară". Alături de Batalionul 15 portughez, din care făcea parte Milhais, pe acel sector de front luptau şi două regimente britanice.

Aliaţii au menţinut poziţiile întreaga dimineaţă, dar deja pe la ora 2.00 PM era clar că atacul german furibund nu mai putea fi respins. Comandantul trupelor britanice, maiorul Furnes, a dat ordinul de retragere.

Toţi s-au supus, mai puţin Milhais, care a rostit o frază ce-l va face celebru: „Plecaţi voi, eu o să vă acopăr". Deşi ştia că neascultarea ordinului îl făcea pasibil de Curtea Marţială şi de pedeapsa capitală, micul soldat a refuzat să-şi părăsească poziţia. Înarmat cu o mitralieră Lewis, el dorea să acopere retragerea camarazilor săi. Ce a urmat ar putea părea o succesiune de secvenţe dintr-un film cu supereroi: trăgând fără oprire, Milhais a ţinut în loc întreaga ofensivă germană. Când rămânea fără muniţie, alerga prin tranşee şi lua mitralierele camarazilor deja căzuţi, continuând să tragă. Statura lui minionă îl împiedica să fie văzut. În acest timp, germanii, neştiind că restul trupelor Aliate se retrăseseră deja, erau convinşi că au în faţă cel puţin un batalion şi au cerut întăriri.

Când germanii au atacat, în cele din urmă, la baionetă, a doua zi, Milhais s-a ascuns în burta unui cal mort, vârât pe jumătate într-o pânză de cort, şi a aşteptat să treacă tăvălugul inamic. În zilele care au urmat, a rătăcit printre liniile germane, lansând atacuri sporadice ori de câte ori i se ivea oportunitatea.

Pe 13 aprilie a întâlnit o coloană de soldaţi britanici, luaţi prizonieri şi conduşi de un pluton de germani. Cu abilitatea-i remarcabilă, a împuşcat rapid militarii germani din fruntea coloanei, dându-le, de asemenea, celorlalţi impresia că sunt atacaţi de forţe superioare. După ce germanii au fugit, Milhais a eliberat prizonierii şi s-a întors cu ei în liniile Aliate – răstimp în care a mai salvat şi viaţa unui maior scoţian care era la un pas să se înece într-o mlaştină!

Superiorii lui au fost puşi în faţa unei dileme: teoretic, ar fi trebuit să-l trimită în faţa Curţii Marţiale pentru nesupunere, dar un asemenea gest ar fi provocat, cu siguranţă, revolta trupelor. Ca atare, Milhais a fost decorat în faţa a 15.000 de soldaţi cu Crucea de Război Belgiană, Crucea Victoria a Imperiului Britanic şi „Colanul Ordinului Torre de Espada", suprema distincţie militară portugheză.

După semnarea armistiţiului, în noiembrie 1918, soldatul s-a întors acasă, s-a căsătorit şi a avut nouă copii. Presa l-a ridicat în slăvi ca pe eroul războiului, titrând: „Chamas-te Milhais, mas vales milhoes" („Te cheamă Milhais, dar valorezi milioane"), iar pentru tot restul vieţii a fost cunoscut ca „Soldatul-milion".

În semn de recunoştinţă, satul lui natal s-a numit, din 1924, Valongo de Milhais. Dar viaţa lui nu a fost uşoară: după ce a emigrat în Brazilia, din cauza sărăciei, a revenit în Portugalia după ce, la presiunea opiniei publice, guvernul i-a acordat o pensie de veteran. Cel mai decorat soldat din istoria armatei portugheze a murit pe 3 iunie 1970, în satul său natal.

Fotodocument

## Câte bărbi sunt în fotografie?

*A bia venit la putere în 1959, în urma unei revoluţii spectaculoase, Fidel Castro a făcut o vizită în Statele Unite, la invitaţia Societăţii editorilor de presă. Publicul american a fost extaziat de prezenţa charismaticului lider, iar copiii de la o Şcoală din Bronx (unde învăţa chiar băiatul lui Castro!) au ţinut să-i facă o vizită la hotelul unde era cazat, purtând toţi bărbi false, ceea ce l-a amuzat teribil pe temutul revoluţionar.*

# Evadare cu balonul

În anul 1978, doi cetăţeni est-germani, Günter Wetzel şi Peter Strelzyk au decis că în regimul comunist al Germaniei Democrate nu mai era de trăit, aşa că au pus la cale un plan de evadare cu totul inedit: aveau să treacă graniţa către Germania Federală, împreună cu familiile lor, într-un balon cu aer cald. Fuga lor a provocat un entuziasm extraordinar în toată lumea occidentală şi a devenit chiar, în 1982, subiectul unui apreciat film – „Traversare noctură".

Ideea le-a venit celor doi când cumnata lui Wetzel, care fugise de multă vreme în Germania Federală, a venit în vizită, aducând cu ea şi ziare occidentale. Într-unul dintre ele se scria despre o competiţie de baloane cu aer cald desfăşurată în Statele Unite.

Imediat, cei doi şi-au propus să construiască un asemenea balon. Wetzel era zidar, dar Strelzyk, electrician de meserie, fusese anterior mecanic în forţele aeriene, deci avea cunoştinţe legate de zbor. Plini de înflăcărare, ei au început să frecventeze bibliotecile, citind tot ce era legat de zborul baloanelor cu aer cald.

Neavând la dispoziţie materiale standard, au decis să realizeze corpul balonului din pânză de tafta şi pentru a nu stârni suspiciuni au cumpărat bucăţi mici de la zeci de magazine din ţară. Pentru că nu le mai ajungeau banii, la final au cusut în pânza balonului şi câteva cearşafuri de pat.

Un rezervor de propan ataşat la o ţeavă de plită servea ca valvă de degajare pentru aerul cald necesar, iar coşul balonului a fost construit din corzi de nylon împletite pe ţevi subţiri de oţel. Toţi cei opt pasageri care urmau să fugă au testat apoi în mai multe rânduri balonul, de fiecare dată în zorii zilei, în luminişul unei păduri, la kilometri buni de orice aşezare, pentru a nu fi descoperiţi. Pe atunci, graniţa dintre cele două Germanii, ca şi Zidul Berlinului, erau păzite cu străşnicie, cu garduri de sârmă ghimpată, turnuri de veghe, patrule cu câini, soldaţi înarmaţi cu mitraliere. Sute de oameni muriseră încercând să evadeze din infernul comunist, iar alte mii fuseseră prinşi şi închişi. Din acest motiv, cei din familia Wetzel au ezitat să mai continue planul de evadare.

Strelzyk şi ai lui au încercat să fugă singuri, dar din motive tehnice balonul s-a prăbuşit şi, deşi au încercat să-şi şteargă urmele, poliţia a găsit la locul prăbuşirii dovezi care i-ar fi putut incrimina.

Înţelegând că e o chestiune de zile până când vor fi prinşi, membrii celor două familii au decis să facă o ultimă încercare. În noaptea de 16 septembrie 1979, ei au pornit spre locul de lansare, ales cu grijă, în prealabil.

După câteva incidente, balonul s-a desprins de sol şi, la capătul unui zbor de 28 de minute, s-a oprit într-un pâlc de copaci, dincolo de graniţa vest-germană.

Primiţi ca nişte eroi de autorităţile şi opinia publică occidentale, Wetzel şi Strelzyk au intrat însă curând în conflict, din cauza dorinţei celui din urmă de a-şi aroga toate meritele spectaculoasei evadări.

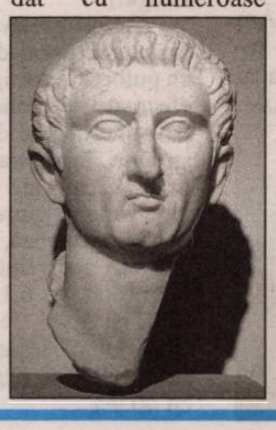
*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

*27 ianuarie 98*

## A murit împăratul roman Marcus Cocceius Nerva

Născut pe 8 noiembrie 30 e.n., la Narnia, Umbria la nord de Roma, Nerva provenea dintr-un lung şir de aristocraţi romani: străbunicul său, M. Cocceius Nerva, fusese consul în 36 e.n., bunicul său fusese bun prieten cu împăratul Tiberiu, mătuşa mamei sale era strănepoata lui Tiberiu şi un alt bunic fusese ambasador al lui Augustus. Deşi se ştiu puţine lucruri despre educaţia sau copilăria lui Nerva, cert este că el nu a urmat o carieră militară, potrivit tradiţiei, fiind mai curând atras de poezie şi artă. Devenit pretor în 65, a fost numit consilier al împăratului Nero, calitate în care a descoperit celebra „conspiraţie pisoniană", menită să-l asasineze pe împărat şi soldat cu numeroase



execuţii şi sinucideri. Şi-a continuat cariera politică sub Vespasian şi fiii acestuia, Titus şi Domiţian, fiind în mai multe rânduri consul.

În aceeaşi zi în care Domiţian a fost asasinat, Nerva a fost proclamat împărat de către Senat, deşi nu se ştie cu certitudine dacă a fost sau nu implicat în complotul împotriva fostului suveran.

Nemulţumiţi că noul împărat voia să-i pedepsească pe doi dintre asasinii lui Domiţian, Nerva a fost arestat în propriul palat şi numai curajul lui l-a salvat – el şi-a oferit propria viaţă în schimbul predării celor doi asasini, iar soldaţii, impresionaţi, l-au eliberat şi cei doi au fost executaţi.

Neavând urmaşi biologici, Nerva a adoptat ca fiu pe Marcus Ulpius Traianus, guvernatorul Germaniei Superioare. Afectat probabil de un accident vascular cerebral, la începutul lui ianuarie 98, Nerva a murit trei săptămâni mai târziu, la Roma.

Traian, succesorul său, a depus urna cu cenuşa ilustrului său părinte adoptiv în mausoleul lui Augustus şi a cerut Senatului să-l divinizeze pe Nerva.

## E bine de ştiut

# Sănătatea creierului

Şansele de menţinere a creierului sănătos şi implicit a unei memorii satisfăcătoare pot fi amplificate prin introducerea în dieta curentă a unor grupe de alimente importante.

Este vorba despre grăsimile sănătoase, necesare funcţionării optime a sistemului nervos, ele fiind responsabile de protejarea şi hrănirea neuronilor.

Majoritatea celulelor creierului au în structura lor cele mai importante grăsimi sănătoase, respectiv acizii graşi Omega 3. Cele mai bune surse de Omega 3 sunt somonul, tonul alb, nucile şi ouăle.

Pe măsură ce se înaintează în vârstă, substanţele nocive, respectiv radicalii liberi vor produce un stres oxidativ asupra neuronilor, ducând la deteriorarea celulelor nervoase. Fructele de pădure sunt o altă sursă bună de antioxidanţi. La fel, broccoli, morcovii, usturoiul, spanacul şi cerealele integrale.

Neutotransmiţătorii, „moleculele mesageri", cele care transmit impulsuri între neuroni au şi ele nevoie de proteine pe care le iau din produsele lactate, din ouă sau din fructele de mare.

E bine de ştiut că pentru a vă creşte puterea de concentrare şi energia, nu trebuie să neglijaţi o alimentaţie completă şi corectă.

De asemenea, o hidratare insuficientă poate duce la o deshidratare, cu consecinţe în diminuarea capacităţii mentale şi cu afectarea memoriei.

Pentru buna funcţionare a creierului sunt necesare şi anumite vitamine şi minerale (vitaminele B12 şi B16, vitamina C, calciu şi fier). Carenţa acestor elemente poate duce la dificultăţi de învăţare.

Pentru a elimina astfel de neplăceri, oferiţi neuronilor hrana necesară.

**Dr. ANDY ANDREI**

Dosarele frumuseţii

# Coafuri şic

***De-a lungul anilor, cel puţin o dată aţi ales să purtaţi părul scurt, datorită avantajelor pe care le conferă: dă o alură tinerească şi se adaptează uşor, indiferent de structura părului.***

În plus, graţie produselor cosmetice (spumă, gel, spray fixativ) dimineaţa puteţi realiza uşor o coafură de zi, iar seara una sofisticată. Chiar şi staruri celebre (Sharon Stone, Audrey Tautou, Alyssa Milano sau Halle Berry) adoptă astfel de tunsori.

Pentru părul fin este potrivită o tunsoare destructurată, franjurată, cu o şuviţă mai lungă într-o parte. Cu gel puteţi finisa coafura.

Dacă aveţi firul gros şi părul des, vă puteţi permite bucle, detaşând din loc în loc şuviţe subţiri, tratate cu gel.

Şi o coafură cu părul pe spate şi fruntea liberă este foarte uşor de realizat. Aceasta pune în evidenţă ovalul frumos al feţei.

Cu sau fără franjuri, tunsoarea dreaptă, pe un păr semi-lung este agreată de multe persoane. Puteţi adopta o coafură retro, alta cu bucle lejere şi cărare pe mijloc sau cu părul lins. (Vă oferim câteva imagini care vă pot inspira.)

Şi tot o notă „retro", pentru o seară specială, dacă aveţi părul lung, puteţi obţine cu un coc deosebit. Iată trei variante pentru care puteţi opta.

Lecţii de nutriţie

# Diabetul vindecat fără medicamente

Se ştie de aproape un secol şi jumătate că diabetul de tip 2 poate fi reversat printr-o reducere drastică a aportului alimentar. Specialiştii în diabet au susţinut încă de atunci că bolnavii de diabet care îşi reduc substanţial greutatea şi reuşesc să o şi menţină au şanse foarte mari ca metabolismul lor să revină la normal.

Din păcate, ne aminteşte dr. nutriţionist Cristian Panaite, medicamentele recomandate pentru controlul zahărului din sânge s-au dovedit insuficiente, exacerbând obezitatea şi acumularea de kilograme, ceea ce creează un cerc vicios, întrucât exact acestea sunt problemele cauzatoare de diabet. Cercetătorii au considerat că trebuie să existe o variantă mai bună şi s-au ambiţionat să o găsească. Astfel, au încercat să înlocuiască reducerea drastică a aportului alimentar cu o dietă sănătoasă. Aceasta presupune o alimentaţie bazată pe multe verdeţuri, multe legume, fasole, unele cereale integrale, nuci şi seminţe şi multe plante.

Bolnavilor de diabet li s-a recomandat cel puţin o salată mare în fiecare zi, o supă de fasole, un pumn de nuci şi seminţe, fructe la fiecare masă, unele cereale integrale, dar fără cele rafinate, şi o restricţie privind produsele de origine animală şi uleiul.

Treisprezece bărbaţi şi femei cu diabet au fost testaţi cu această dietă timp de şapte luni. Care au fost rezultatele? Hemoglobina A1C e cea mai bună măsură a controlului de zahăr din sânge. Valorile sub 6 sunt normale, non-diabetice, însă obiectivul Asociaţiei Americane a Diabeticilor a fost de a obţine valoarea de 7 pentru persoanele testate. Valorile peste 7 reprezintă diabetul necontrolat. Toate persoanele testate aveau valori peste 7 de hemoglobină A1C de mai bine de şapte ani. După aproximativ şapte luni, A1C medie a acestora a scăzut de la o valoare diabetică de 8,2 la una non-diabetică de 5,8. Valorile tuturor persoanelor testate au scăzut până la normal, fără ca aceştia să folosească şi medicamentele standard pentru diabetul zaharat.

Acesta a fost doar un studiu pilot, efectuat pe o mână de oameni foarte motivaţi. Cu toate acestea, amploarea efectului indică faptul ca o dietă bogată în legume poate fi extrem de eficientă pentru toţi bolnavii de diabet.

Aşadar, o alimentaţie bazată pe legume, cereale integrale, fasole, nuci şi seminţe poate avea efecte spectaculoase în cazul diabetului.

Pentru dumneavoastră, doamnă

# Pledoarie pentru scrisul de mână

În ultimii ani, când tastatura a devenit aliatul fidel al celor mai mulţi dintre noi, scrisul de mână a căzut în dizgraţie. O mare greşeală, ne avertizează renumitul neurochirurg prof. univ. dr. Alexandru Vlad Ciurea.

„Recomand tuturor să scrie cât mai mult de mână. Caligrafia este foarte importantă. Pentru că mii şi mii de celule nervoase lucrează la acţiunea de scriere. Practic, participă tot creierul: emisfera dreaptă este cea artistică, a creativităţii, iar cea stângă a execuţiei. Când scriem, punem pe hârtie un gând, apoi îl formulăm cât mai succint.

Este extraordinar cum tot creierul lucrează: mişcăm mâna, folosim ochii, degetele, ne concentrăm. Este un proces complicat, care duce la dezvoltarea creierului.

Scrisul este parte a terapiei de recuperare pentru pacienţii care au suferit un accident vascular cerebral sau un traumatism cranio-cerebral. Pentru că scrisul creează legături, sinapse, iar celulele se activează. Şi mai e ceva: scriind, îţi vin idei, rezolvi probleme, te organizezi. Este o bună metodă de a preveni teribila boală Alzheimer", spune prof. univ. dr. Alexandru Vlad Ciurea.

## Gastronomice

### Cartofi cu brânză

***1 kg cartofi, o ceapă, ulei, 40 g brânză rasă plus alte 4-5 felii de brânză.***

*Cartofii curăţaţi se spală, se rad, se sărează şi împreună cu ceapa tăiată peştişori se prăjesc în ulei bine încălzit. Când sunt aproape pătrunşi, se adaugă brânză rasă, se amestecă totul bine şi se lasă cratiţa pe foc până formează o crustă aurie. Compoziţia se întoarce şi pe cealaltă parte, se ornează cu feliile de brânză, se acoperă cu un capac şi se lasă până se topeşte brânza.*

### Piept de curcan cu ciuperci

***600 g piept de curcan dezosat, 1 kg ciuperci, 500 g roşii, o lingură făină, 2 linguri ulei, 4 cepe, sare, pătrunjel verde.***

*Pieptul de curcan se taie bucăţi, se înăbuşă cu ceapa, sarea şi ciupercile. Se mai adaugă o ceşcuţă de apă fierbinte pe lângă apa lăsată de ciuperci. Când pieptul de curcan este pe jumătate fiert se adaugă roşiile tăiate sferturi, verdeaţa şi se lasă să scadă. Când a fiert suficient, se pune făina amestecată cu apă rece şi se mai dă în câteva clocote. Se serveşte cu smântână şi pătrunjel verde deasupra.*

### Peşte oceanic rasol

***1 kg peşte, 1 morcov, o ţelină, o ceapă, 150 g unt, 4 ouă fierte tari, o legătură mărar verde, sare, piper.***

*Legumele se spală, se taie felii şi se fierb în apă clocotită. Se adaugă sare şi puţin piper. Se aşază în cratiţă peştele tăiat bucăţi şi se lasă să mai fiarbă 15-20 minute. Între timp, se pregăteşte sosul. Se pune untul să se topească. Ouăle fierte tari se rad pe răzătoare şi se pun în unt cu mărarul tăiat fin. Se adaugă sare şi piper şi se amestecă. După ce peştele a fiert se scoate pe o farfurie şi se toarnă peste el sosul. Se serveşte cu lămâie sau unt topit şi pătrunjel verde.*

### Brioşe cu stafide

***1 pahar zahăr pudră, 4 ouă, coajă de lămâie, 1 pahar ulei, 1 pahar făină, 100 g stafide.***

*Se amestecă zahărul cu ouăle şi se bat pe abur, până se îngroaşă puţin. Se dă deoparte. Se adaugă făina, uleiul şi stafidele. Se amestecă până obţinem un aluat moale. Se pune în forme mici, pentru tarte şi se dă la cuptor.*

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

# Să admitem adevărul

***Continui să mai rezum câteva idei din interesantul articol „Ce mare lucru? Pentagonul admitea şi acum 74 de ani că OZN-urile «nu sunt din această lume»" al scriitorului american Whitley Strieber, autor a cel puţin şase cărţi privind experienţa sa personală cu entităţi aparent extraterestre.***

În episodul anterior am rezumat criticile sale la adresa secretomaniei autorităţilor americane în privinţa fenomenului OZN. El se întreba unde au dispărut metalul şi materialul biologic găsite la Roswell. Generalul Exon îi spusese personal că le-a văzut pe amândouă. Colonelul Jesse Marcel a realizat un videoclip despre metalul pe care l-a testat înainte de a-l trimite superiorilor. Unde este metalul acum? Şi materialele biologice? Ambii bărbaţi au spus ce au spus în contextul vârstei lor avansate şi a neliniştilor lor cu privire la alegerea morală pe care o implică păstrarea unor astfel de secrete. Acelaşi lucru este valabil şi pentru fotografiile făcute de astronautul Gordon Cooper, ca şi de mulţi alţii.

Strieber cere să admitem adevărul: nu ştim ce este fenomenul OZN, dar ştim că nu este rezultatul activităţii vreunei puteri convenţionale pământeşti şi mai ştim că are ceva de-a face cu noi.

## Evaluarea situaţiei

Forţa Spaţială SUA recent propusă nu are multe şanse să controleze situaţia, mai ales dacă intenţionează să încerce să doboare OZN-urile. Nimeni nu are dreptul să exercite o rezistenţă armată în acest caz, fără ca publicul să fie pe deplin informat. Dacă s-ar face aşa ceva, atunci relaţia dintre specia noastră şi lumea noastră se va schimba. Trebuie să putem participa cu toţii la o astfel de decizie şi nu doar reprezentanţii unei singure ţări. Întreaga lume trebuie să fie capabilă să evalueze inteligent situaţia şi să contribuie la decizie. Dacă se va merge la război cu o altă lume, toţi pământenii au dreptul să ştie asta şi să înţeleagă de ce. (S-ar putea, e drept, ca Forţa Spaţială SUA să nu aibă nimic de-a face cu toate acestea. Dar, din cauza secretomaniei generalizate, răspunsul nu poate fi cunoscut.)

Cei care îndrăznesc să cerceteze problematica OZN şi, mai rău, să raporteze despre contacte avute cu prezenţa aflată în spatele ei, sunt adesea acuzaţi că sunt fondatorii neintenţionaţi ai unei noi religii OZN. Există cu siguranţă aşa ceva, dar nu este o religie bazată pe mit, ci un nou tip ciudat de religie: o religie laică.

O nouă religie OZN este creată de fapt de cei care păstrează secretele. Dacă planifică o rezistenţă armată, atunci preoţii ei nu sunt consacraţi deloc unei zeităţi convenţionale. Aceşti preoţi sunt soldaţi consacraţi zeului războiului, iar ritualurile lor religioase sunt bătăliile. Ei sunt, pentru un Sancho Panza disperat al comunităţii OZN, acel Don Quijote care se luptă cu moara de vânt a fenomenului, dar cu o lance foarte reală şi foarte scumpă, ca şi cu consecinţe complet imprevizibile. Noi, oamenii, cu siguranţă nu vrem ca cineva să galopeze în spaţiu în numele nostru şi să tragă în nişte extratereştri despre care pretind că nu ştiu nici măcar dacă există, lăsându-ne apoi să îi înfruntăm singuri şi neprotejaţi în mijlocul nopţii, deoarece, chiar dacă nu sunt periculoşi acum, este posibil că vor deveni atunci.

Prezenţa care este aici, fie ei extratereştri sau altceva, are o putere uluitoare şi o autoritate extraordinară. Nu va fi „înfrântă" de o putere care foloseşte avioane şi, în cel mai bun caz, ceva arme exotice în spaţiu, care vor avea probabil un efect limitat şi temporar, dacă chiar vor avea vreun efect.

Şi dacă cumva acea prezenţă este de partea noastră? Ce se întâmplă dacă toate răpirile şi altele sunt, de fapt, în sprijinul supravieţuirii noastre şi nu le înţelegem mai mult decât înţelege un câine îngrozit că veterinarul care îi înfige un ac îi salvează viaţa? Ce se întâmplă, dacă ei fac parte chiar din rasa umană, într-un fel pe care nu am reuşit să-l înţelegem în totalitate, şi încearcă să-şi protejeze copiii, surorile şi fraţii, deci familia lor umană? Nu ştim.

Sau ştim? Dacă vreo agenţie umană cunoaşte originea şi scopul răpirilor, dar păstrează acestea secret, atunci este mai mult decât crima secolului,

este crima fundamentală împotriva umanităţii, marea crimă a istoriei.

Până în prezent, mass-media a fost prea mult dornică să acorde spaţiu poveştilor înfricoşătoare şi absurde. În unele zone, încă încearcă să folosească tactici de demistificare de modă veche. O „autoritate" ştiinţifică a explicat chiar că OZN-urile sunt doar păsări care zboară de fapt cu mult mai încet decât pare. Aparent respectivul nu este conştient de faptul că radarele de direcţionare poartă detectoare extrem de sensibile, care pot măsura viteza până la sutimi de kilometru. Un altul a respins videoclipurile drept „reflexii pe geamurile cabinei". Cred că putem ignora cu siguranţă aceşti clovni. Toată mass-media, cu excepţia celor extrem de creduli, va respinge astfel de pretenţii puerile.

Dacă ideea, flagrant absurdă, că obiectele ar putea fi în posesia unei puteri adversare pământeşti va deveni noua explicaţie preferată, atunci academiştii şi mass-media, susţinuţi tacit de eşecul militarilor de a nega acest lucru, vor pierde şi restul de credibilitate pe care îl mai au în faţa publicului. Unii – sperăm că nu prea mulţi – din mass-media vor miza pe o astfel de poveste. Ei au râs de OZN-uri şi de martori de la bun început şi nu vor să li se arate că au greşit. Majoritatea dintre ei, totuşi, sunt susceptibili să îmbrăţişeze misterul şi să înceapă să-l exploreze cât pot de bine.

În mod similar, dacă oamenii de ştiinţă şi academiştii vor recunoaşte că OZN-urile sunt de origine necunoscută, vor descoperi că întregul lor model de realitate le-a explodat în faţă. O parte dintre ei vor saluta acest lucru. Pentru ştiinţă cel mai distractiv este atunci când există un mister de abordat, iar cel al fenomenelor aerospaţiale neidentificate este unul cu totul extraordinar.

Alţii ar prefera să-şi păstreze paradigma, decât să înfrunte adevărul. Puteţi fi siguri că aceştia vor depune toate eforturile pentru a-şi distruge colegii care nu sunt de acord cu ei, la fel cum au făcut-o cu Dr. John Mack şi cu alţii. Aceşti oameni nu sunt moştenitorii lui Galileo. Departe de aceasta, ei sunt moştenitorii cardinalului Bellamine, principalul său inchizitor.

## Origine necunoscută

Marele public, o parte din mass-media şi poate chiar majoritatea, ca şi mulţi oameni de ştiinţă şi cadre universitare sunt gata să înfrunte adevărul: fenomenul OZN are o origine necunoscută, este bine conectat la rapoartele de răpire şi îşi are originea fie într-o inteligenţă neumană de origine necunoscută, fie este un rezultat, pe care nu l-am înţeles încă, al umanităţii noastre – sau ambele. Strieber nu vede nicio contradicţie în asta, întrucât cel mai mare dintre mistere – spune el – e că, de fapt, nu ştim cine suntem noi înşine.

Această enigmă merită cu siguranţă studiată şi avem abilităţile şi echipamentul pentru a face acest lucru. Putem aborda fenomenul într-un mod organizat şi, cu suficient talent şi buget, să formăm o bază de date stabilă pentru studii ulterioare.

La urma urmei, prezenţa din spatele fenomenului este complice la secretomanie, nu-i aşa? Ei vin pe furiş în casele noastre şi în vieţile noastre. Nu aterizează, să zicem, într-un spaţiu public precum mijlocul unui meci de baseball sau pe peluza Casei Albe. Văzând acest lucru din perspectiva lor, sunt de observat două lucruri: ei pot respecta frica autorităţilor noastre faţă de ei, prin păstrarea secretului, şi / sau ar putea să ne obişnuiască, aşteptând totodată să îi ajungem din urmă, astfel încât contactul cu ei să nu ne colonizeze cultural, ceea ce ar reorienta întreaga noastră lume către ei şi cunoştinţele lor şi near distruge propria voinţă de a inova şi de a fi independenţi.

Cred că această îngrijorare putea fi una serioasă acum 10 ani sau chiar 5, dar acum ştim prea multe. Dacă ar apărea public mâine, nu am deveni nişte cerşetori. Vom vedea prezenţa lor ca o provocare extraordinară şi interesantă, la fiecare nivel.

Este timpul deci să începem să explorăm serios realitatea acestei enigme, la fiecare nivel al societăţii, de la masa din bucătărie la academie şi laborator, până la sălile congresului şi ale Casei Albe, ca şi la orice altă instituţie socială relevantă de pe Pământ, inclusiv la autorităţile religioase.

Niciunul dintre detaliile fenomenului, nici măcar părţile mai întunecate care ar putea fi acolo, nu ne vor dezechilibra. La urma urmei, am trăit cu asta, inclusiv cu răpirile, de cel puţin două generaţii. Este timpul ca autorităţile să se maturizeze. Făcând acest lucru, ele ar ajunge în sfârşit din urmă marele public.

*Pagină realizată de*
**DAN D. FARCAŞ**

# Avertizări oculte la vedere

În unele locuri din lume există diverse realizări ale oamenilor – construcţii publice, ansambluri arhitecturale, creaţii monumentale, picturi – care înglobează şi implicit transmit anumite mesaje expuse direct privitorului, însă care par a fi ocultate sub intenţii absolut deloc inofensive.

Unele dintre ele şochează prin faptul că semnificaţiile pe care le conţin constituie avertismente serioase asupra a ceea ce se va petrece cu omenirea într-un viitor incert. Sunt premoniţii evidente ce devin terifiante tocmai fiindcă evenimentul, fenomenul sau transformarea anunţată se va petrece sub ochii noştri. Fără echivoc!

Aeroportul Internaţional Denver (DIA) este, oficial, al doilea ca mărime din Statele Unite ale Americii. El a fost însă plasat în sfera mai degrabă ridicolă a legendelor urbane, cu trimitere la frecvent invocata teorie a conspiraţiei, atunci când se doreşte ca un subiect de dezbatere publică evident să pară derizoriu şi să fie ignorat, în ciuda oricăror evidenţe.

Numeroase controverse s-au născut nu numai de la forma aeroportului, ci şi de la multitudinea de simboluri masonice, asociate Noii Ordini Mondiale, prezente în interiorul lui.

Principalele elemente ce au trezit suspiciune şi foarte mare îngrijorare în anumite cercuri par a fi decoraţiunile artistice ale aeroportului. Astfel, o suită de picturi murale deapănă o poveste stranie şi înfiorătoare despre un viitor incert al naţiilor planetei – subiect inexplicabil într-un cadru public de o asemenea anvergură cum e DIA, frecventat anual de milioane de oameni din întreaga lume.

Atrage atenţia imaginea unui militar cu alură nazistă („soldatul infernului"), ce ţine în mâna stângă o armă de foc şi în dreapta o sabie cu care ucide un porumbel alb. Sub nivelul poziţiei sale dominante apar şiruri de femei cu copii ce par neînsufleţiţi, după culoarea lor cadaverică. Într-un plan secund, la picioarele personajului central sunt clădiri ruinate.

Deasupra, un curcubeu „emanat" dintr-o dâră de fum cenuşiu ce iese de sub mantaua militară a acestuia ar trebui să semnifice curăţenia, optimismul, însă în realitate, de câţiva ani, el a fost preluat drept simbol de mişcarea LGBT. Sub această pictură se află, pe pardoseală, o plăcuţă care poartă simbolul AuAg – tulpina unui virus mortal.

Este de notorietate faptul că medicul Baruch Samuel Blumberg a descoperit o tulpină de hepatită letală denumită „Australia Antigen" – în acronim – „AuAg". Probabil numai din întâmplare, Blumberg se numără printre sponsorii aeroportului din Denver. Dar aceasta este doar o parte din faţa vizibilă a „conspiraţiei DIA".

Despre „soldatul infernului" glorificat ar mai trebui spus că poartă pe faţă o mască contra gazelor de luptă, iar nazismul reprezentat de el este scos în evidenţă şi de însemnul de pe cascheta purtată pe cap. Mai mult decât atât, o simplă vedere aeriană a DIA arată contururile principalelor piste construite astfel încât să alcătuiască profilul unei svastici naziste uriaşe.

De altfel, nu e singurul caz în care s-a depistat acest simbol transformat în efigia distrugerii, a morţii, figurat în realizări de amploare. În districtul Uckermark, din nord-estul Germaniei, a fost observat din avion „desenul" respectiv conturat cu arborii de culori diferite dintr-o pădure deasă.

Acelaşi simbol l-au descoperit în 1970 câţiva militari americani, în districtul german Hesse, alături fiind trasat anul 1933. De asemenea, mult mai departe, în Valea Eki Naryn din Kârgâzstan, a fost depistat desenul unei zvastici din arbori.

În zona intrării în aeroport este amplasată statuia unui armăsar („Armăsarul Apocalipsei") realizat din fibre de sticlă, ce vene care par a pulsa şi ochi roşii, înspăimântători. În timpul construirii statuii calului o parte din sculptură s-a sfărâmat provocând răni mortale creatorului, iar acest fapt straniu a condus la ideea că armăsarul este blestemat.

Un alt element care intrigă este „lespedea masonică" din piatră, situată în sala aeroportului pe care sunt inscripţionate simboluri masonice, dar şi menţiunea existenţei unei „comisii a aeroportului Noii Lumi" ce conduce la curentul „Noua Ordine Mondială".

Rămâne un mister construirea noului aeroport din Denver, fără a-l depăşi tehnologic pe cel vechi şi cu un număr mai mic de piste, dar având în plus foarte mult spaţiu. Se presupune că noul aeroport ar ascunde o bază militară secretă, o explicaţie a suprafeţei sale imense în raport cu numărul de piste.

**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

# Codul secret al incaşilor

***Istoria îşi are întotdeauna marile ei nedreptăţi relatând deseori despre ceea ce unii oameni au clădit, iar alţii au transformat în pulbere şi scrum.***

Acesta este şi destinul fabuloaselor civilizaţii precolumbiene, din al căror trecut vieţuiesc încă, peste secole şi milenii, valori fascinante.

Un amănunt esenţial însă şochează lumea ştiinţelor: populaţii care au realizări remarcabile, în domenii de neimaginat pentru noi, nu cunoşteau scrisul în înţelesul pe care îl dăm acestei noţiuni.

## Quipu – nodurile vorbitoare

Pretutindeni în lume există modalităţi neconvenţionale de transmitere a unor mesaje simple; de pildă, cele sonore, prin bătăi de tobă sau vizuale, prin semnale cu fum. Incaşii însă, la fel ca societăţile din Anzii Cordilieri, au avut un sistem de „scriere" unic, datorită căruia au şi rămas până în zilele noastre anumite informaţii preţioase despre civilizaţia lor, materializate în circa 800 de „documente", dacă le putem numi astfel.

La apogeul său, Imperiul Inca (Tahuantinsuyu, în limba quechua) se întindea pe zona Columbiei de astăzi, în Ecuador, Peru şi o mare parte din Chile, Argentina şi vestul Boliviei. Funcţionarea sa era net superioară guvernărilor din ţările şi imperiile europene. Activităţile productive obligatorii se concentrau pe agricultură şi meşteşuguri, făcând obiectul unei centralizări impecabile, dirijată de o administraţie complexă şi ierarhizată.

În aceste condiţii, de ce nu au dezvoltat o scriere – element vital pentru evoluţia societăţii? Pur şi simplu fiindcă aveau propriul lor sistem de înregistrare, unic şi extrem de precis: quipu (sau khipu, cuvânt care înseamnă „nod"). Concret, era un mănunchi de sfori multicolore legate între ele şi pe care se făceau noduri, la distanţe diferite şi în combinaţii diverse. Cei care se ocupau de aceste insolite scrieri, precum şi de paza lor, se numeau quipucamayoc şi consemnau tot ce putea fi util şi relevant pentru imperiu.

## Informaţiile unei „memorii" ireproşabile

Cantitatea de informaţii prin care aceste artefacte textile puteau păstra memoria i-a uimit pe cronicarii spanioli din secolul al XVI-lea.

Misionarul şi naturalistul iezuit spaniol José de Acosta face următoarea descriere: „Aceste quippos sunt memoriale sau registre, făcute din crenguţe pe care se află diverse noduri şi diverse culori ce semnifică diverse lucruri şi e ciudat ce au putut exprima şi reprezenta în acest fel. Căci quippos le folosesc incaşilor precum cărţile de istorie, de legi, de ceremonii şi de evidenţă a afacerilor lor." Abia după anii 1970-1980, oamenii de ştiinţă au început, cu mare greutate, să înţeleagă codul de descifrare a insolitelor documente incaşe. Se ştie acum că modul de împletire a firelor, culoarea lor, distanţa dintre corzile suspendate şi coarda principală, aşezarea nodurilor, numărul, forma şi direcţia în care au fost executate corespund unor variabile ale datelor înregistrate.

Quipu nu lasă nimic la voia întâmplării, fiecare detaliu contează. Complexitatea acestora permite arhivarea fără complicaţii inutile a datelor de tot felul: administrative (recensăminte, percepţie de impozite), genealogice, istorice, religioase etc. Pe de altă parte, se puteau face corecturi la informaţiile transmise la un moment dat, pur şi simplu dezlegând un nod şi legându-l din nou, altfel.

Populaţiile care utilizau acest mod de informare şi comunicare aveau şi un incredibil sistem de transmitere – ceva similar cu poşta de astăzi – prin mesagerii *(chasquis)* care străbăteau de la un capăt la altul drumurile imperiului, pe trasee precis stabilite.

Motiv pentru care drumurile, podurile, întreaga infrastructură avea o importanţă strategică esenţială, nefiind niciodată construită la întâmplare. Din păcate, cele mai multe scrieri incaşe de tip quipu au fost distruse sistematic, în mod intenţionat, de către conquistadorii spanioli în secolul al XVI-lea, ceea ce face ca scrierile rămase să fie cu atât mai preţioase.

**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

## 100 de locuri de văzut în România

# Muzeul Arta Lemnului din Câmpulung Moldovenesc

Situat în centrul oraşului Câmpulung Moldovenesc, acest muzeu inedit reuneşte colecţii impresionante, unice în România, dedicate prelucrării lemnului pe meleagurile bucovinene.

Cine pătrunde astăzi în acest vast şi bogat sanctuar, închinat artei lemnului, va fi cu siguranţă impresionat de diversitatea formelor de prelucrare a lemnului, de priceperea de a îmbina simplitatea cu rafinamentul, utilul cu frumosul, fragilitatea cu durabilitatea robustă.

Ideea înfiinţării muzeului şi alcătuirea primelor colecţii a apărut de la sfârşitul secolului XIX, odată cu înfiinţarea Şcolii de Arte şi Meserii, în anul 1895, la Câmpulung Moldovenesc. Contribuţia cea mai importantă la colectarea obiectelor ţărăneşti a avut-o profesorul etnograf Ion Ştefureac.

Pasiunea sa pentru arta populară, pentru frumuseţea obiectelor create de mâna ţăranului bucovinean, l-a făcut să cutreiere satele, să cerceteze şi să colecţioneze aceste comori. În timpul bombardamentelor din Primul Război Mondial, o parte din colecţie a fost distrusă din cauza unui incendiu. După Marea Unire, se reia ideea înfiinţării muzeului. În acest scop, pe data de 3 aprilie 1935 se va constitui Comitetul de Iniţiativă al fondării Muzeului Judeţean de Etnografie. Un an mai târziu, muzeul este deschis oficial publicului larg la data de 1 iunie 1936, în trei săli din cadrul Şcolii de Arte şi Meserii.

Odată cu trecerea printr-un nou război mondial, pentru muzeu începe un nou drum anevoios, prin schimbarea mai multor sedii, până când, în 1967, patrimoniul a ajuns în actuala clădire, sediul fostei Prefecturi a judeţului Câmpulung. Muzeul de Etnografie şi Ştiinţele Naturii, aşa cum se numea la deschiderea din 1936, odată cu mutarea din anul 1967, a fost reorganizat sub denumirea Cultura tradiţională a lemnului, noua tematică reprezentând şi sintetizând mai bine realităţile zonei şi patrimoniul existent.

Muzeul are 19 săli de expoziţie şi o secţie în aer liber. Secţia în aer liber cuprinde două case tradiţionale, una huţulă, datată în secolul al XVII-lea şi alta de la mijlocul secolului al XVIII-lea. Unelte, arme, scule, obiecte de uz casnic, instrumente muzicale, care de lemn (unul cu o vechime de 400 de ani!), lăzi de zestre (având peste 250-350 de ani), stâlpi şi uşi de case meşteşugit înflorate – toate aceste exponate le puteţi vedea aici. De aceea, se spune pe bună dreptate că oricine vizitează acest străvechi tezaur de artă ţărănească pleacă de aici cu convingerea că a văzut o întreagă lume.

**GABRIEL TUDOR**

*Amprente ale spiritualităţii*

# Mănăstirea Dridu

Aflată în judeţul Ialomiţa, la 45 de kilometri nord-est de Bucureşti şi la 20 de kilometri sud-vest de Urziceni, Mănăstirea Dridu, cu obşte de maici, are hramurile Acoperământul Maicii Domnului şi Sfântul Dimitrie, Izvorâtorul de Mir, pentru biserica mare şi Sfinţii Arhangheli Mihail şi Gavriil pentru paraclis.

În secolul al XV-lea, în zonă exista o mănăstire în locul numit „La Metereze". Aceasta dispăruse pe parcursul vremii dar exista în memoria colectivă a celor de aici. De aceea după 1989, credincioşii se adresează autorităţilor eclesiastice cerând înfiinţarea unui aşezământ monahal. Construcţia acestuia începe în 1993 cu binecuvântarea Patriarhului Teoctist pe locul „La Metereze", donat de monahia Serafima Sofia, respectiv terenul care preluase numele „La Metereze". Sunt ridicate astfel o bisericuţă din lemn şi o clădire etajată din zid pentru stăreţie, chilii, trapeză, bucătărie şi magazie.

Biserica de lemn, ridicată pentru a se putea ţine slujbele până la construirea celei de zid este construită din grinzi de lemn şi căptuşită cu şipci. Este în formă de navă şi compartimentată numai în Altar şi naos. Deasupra acestuia este o turlă deschisă iar catapeteasma este din lemn. Nu este pictată dar este împodobită cu icoane. Are hramul Sfinţii Arhangheli Mihail şi Gavriil şi după terminarea bisericii mari a devenit paraclis.

Biserica mare, construită în vest este compartimentată în Altar, naos, pronaos şi pridvor deschis. Există o turlă mare, circulară, deschisă deasupra naosului, având în faţă alte două turle, închise, mai mici. Este acoperită cu tablă iar ctitorii ei sunt Dumitru şi Steluţa Ilinescu. A fost pictată în întregime de pictorul Dumitru Macavei din Bacău.

Exteriorul este zugrăvit în alb iar registrul inferior este perforat de ferestre. Registrul superior, sub cornişă este împodobit cu ocniţe în care sunt pictate chipuri de sfinţi. Sunt păstrate în biserică moaşte ale Sfinţilor Eftimie cel Mare, Ignatie Teofanul şi ale Sfântului Sava.

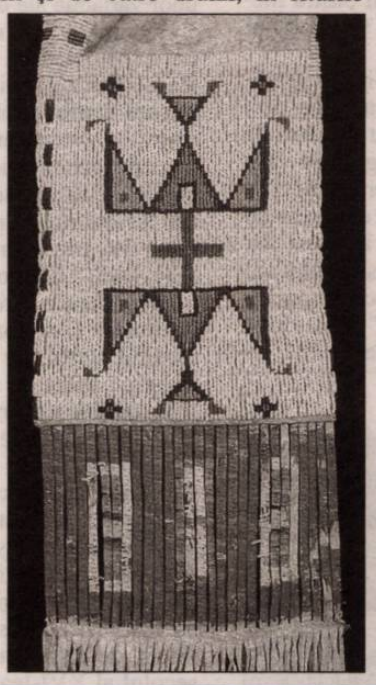
Există de asemenea aici o icoană a Maicii Domnului, considerată făcătoare de minuni. În mănăstire funcţionează şi un atelier de pictură pe sticlă şi lemn în care a lucrat o lungă perioadă stareţa Gabriela Haraga. De asemenea există ateliere de broderie şi croitorie.

**IRINA STOICA**

# Jocuri cu mărgele de sticlă

***Numeroase romane, jurnale, însemnări ale unor călători peste mări și țări se referă la o anume „apetență", observată la populații mai puțin evoluate în comparație cu navigatorii europeni, pentru mărgelele colorate.***

Pe de altă parte, acestea, deseori de dimensiuni reduse, sunt folosite în arta populară tradițională a multor popoare, inclusiv în unele sate din România. Aceste minuscule piese, care împreună alcătuiesc decorațiuni fermecătoare în special pe țesături, pot fi cusute individual, aplicate pe fire sau țesute în material. Mărgelele au fost utilizate decorativ în Grecia, Roma și Egiptul antic, precum și de către druizi, în riturile religioase.



În Evul Mediu, când broderia era o formă importantă de artă, mărgele erau uneori folosite în cele mai fine lucrări. Magnifica mantie liturgică cunoscută în lumea artistică și religioasă sub denumirea de Copa Butler-Bowden, care datează din anii 1330, a fost înfrumusețată în mod elaborat cu perle de semințe și mărgele verzi ce prezintă scene din viața Sfintei Fecioare.

De asemenea, se crede că o serie de portrete mici ale apostolilor, executate integral cu mărgele colorate cusute pe un suport de velină, din catedrala din Halberstadt (Germania), ar fi putut fi inspirate de mozaicuri bizantine. În timpul Renașterii, perlele și mărgelele erau cusute în modele pe îmbrăcămintea celor bogați.

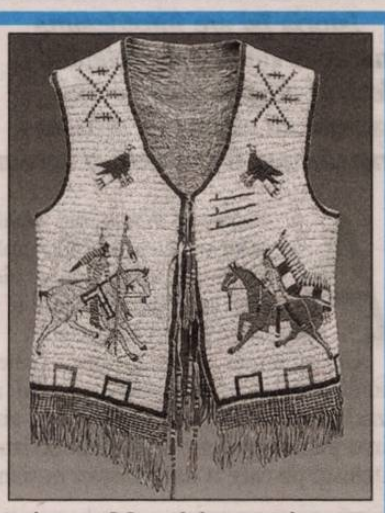
În Anglia elisabetană, poșetele și alte obiecte mici erau deseori împodobite cu fire aurite, mărgele și perle. Până în al treilea sfert al secolului al XVII-lea, perlele deveniseră atât de populare în Anglia, încât multe articole – în special cutii fanteziste, tablouri mici și coșuri – erau decorate cu mărgele. În sudul Italiei și Sicilia, o formă îndrăzneață de decor cu fir aurit și mărgele de corali a fost produsă în cantitate considerabilă, începând din secolul al XVII-lea.

Pungile tricotate cu bumbac și decorate cu mărgele au fost deosebit de populare după 1800, iar articole mici (mănuși, curele, jartiere, ciorapi și umbrele de soare) erau adesea decorate la fel. Numeroase modele de rochii erau bogat ornamentate cu mărgele de tot felul.

La nativii nord-americani, cele mai simple și mai vechi mărgele erau confecționate din os, cochilii sau semințe. Introducerea mărgelelor comerciale de sticlă de către europeni între secolele XV-XIX a stimulat modele mai complexe. La indienii de câmpie, desenele cu mărgele erau inițial geometrice, asemănătoare cu vechile țesături și plasate pe îmbrăcăminte de piele, tolbe și pe alte obiecte.

În secolul al XIX-lea, au devenit populare desenele florale. Eschimoșii din Groenlanda și America de Nord folosesc mărgele pentru a ornamenta cizmele, pelerinele și tunicile.

În Africa, se împodobesc pălării ceremoniale, tunici, măști, coșuri, vase, păpuși și alte obiecte. Motivele și paletele variază între popoare, predominând o geometrie vie și sofisticată. Mărgelele sunt folosite și în cea mai mare parte din Asia de Sud-Est, în principal ca ornamente pentru rochii și arme.



În mod excepțional, perlele Borneo utilizează un ornament zoomorf curbiliniar, mai ales în negru, galben și roșu. Mărgelele oceanice sunt mai simple și, cu excepția Melaneziei, tind să se bazeze pe materiale naturale, cum ar fi lemnul și cochiliile.

Multe culturi au tradiții artistice bogate în folosirea mărgelelor, totuși estetica și motivele pot varia foarte mult, chiar și în aceeași regiune. La fel ca alte forme tradiționale de meșteșuguri, cum ar fi broderia sau țesăturile, mărgelele înglobează deseori un limbaj vizual simbolic, mesaje transmise într-o comunitate sau unitate familială. Dar mărgelele nu sunt doar obiecte tradiționale benigne.

Începând cu secolul al XV-lea, când comercianții portughezi au sosit în Africa de Vest, mărgelele de sticlă au fost folosite de europeni pentru înființarea de rețele comerciale, schimb de resurse și cumpărarea de sclavi. În America de Nord, mărgelele erau folosite în scopuri dezonorante.

Poate cel mai josnic caz a fost al lui Peter Minuit, un comerciant olandez, despre care se spune că a cumpărat Manhattanul, de la indienii Lenape, în schimbul unei cutii cu mărgele și bibelouri.

# Semnificația figurilor din cărțile de joc

***Istoria cărților de joc începe în urmă cu circa 1000 de ani, folosite pentru prima dată în China sau India, ajungând în Europa în secolul al XIV-lea, prima atestare documentară europeană datând din 1379, când cronicarul italian Niccolo de Coveluzzo le-a menționat că erau folosite la jocul „naibis".***

Foarte bine cunoscute chiar și celor ce nu practică aceste jocuri, cărțile de joc includ, patru piese denumite rigi/regi sau, mai frecvent, popi. Ultima „titulatură" însă a fost adoptată probabil datorită înfățișării personajului respectiv – un bărbat cu o anume prestanță, având pe cap o coroană și purtând barbă.

Un indiciu important că figura la care ne referim nu are de-a face cu instituția religioasă este faptul că „regele" din cărți este personalizat prin litera K. Marca vine de la substantivul comun – în limba engleză – „king", care înseamnă: „rege". Dincolo de cele patru simboluri vizuale complexe se cuvine menționat faptul că fiecare dintre cele patru personaje au corespondent în realitate.

Iată cine sunt cei patru mari regi din istorie plasați pe cărțile de joc:

■ ***Inima roșie:*** Charlemagne sau Carol I, supranumit „Carol cel Mare" (regele francilor între anii 768 și 814, primul împărat al Europei Occidentale după căderea Imperiului Roman, considerat părintele fondator al Franței și Germaniei).

■ ***Trefla („trifoiul"):*** Alexandru III al Macedoniei, supranumit și el „cel Mare" – unul dintre cei mai mari lideri cuceritori din istoria omenirii, care a făcut din micul său regat centrul unui imens imperiu. Mort la numai 32 de ani, din cauza unei boli sau otrăvit, el a fost „plasat" de Dante, în capodopera sa „Divina Comedie", în cercul al șaptelea al Infernului, alături de cei mai mari criminali din istorie.

■ ***Caroul („rombul"):*** Iulius Cezar, generalul roman cu un destin de excepție, cel mai mare dictator al vechii Rome, lider războinic cu imense aspirații expansioniste, care a efectuat prima invazie a Arhipelagului Britanic. A fost asasinat de un grup de oponenți republicani, la vârsta de 55 de ani, în timpul „idelor lui Marte" din anul 44 î.Hr. Interesant este că în aceeași perioadă a fost asasinat și regele Burebista, întemeietorul statului dac, de un grup de complotiști, potrivit istoricului grec Strabon.

■ ***Pica („inima neagră"):*** Regele David, lider militar și important personaj religios, devenit legendar prin faptul că, potrivit tradiției, l-ar fi ucis pe uriașul filistin Goliat cu o piatră slobozită cu iscusință din praștia sa.

Celelalte figuri de joc, ale căror nume se deosebeau la fel ca și cel al regilor, de la o țară la alta până în secolul al XVII-lea, au fost unanim acceptate astfel:

◆ Damele de inimă roșie (Judith) și caro (Rachel) au fost personaje biblice. Argine – dama de treflă o reprezintă pe zeița romană Iunona, protectoare a orașului Roma, iar dama de pică este Pallas Atena – zeița greacă a înțelepciunii.

◆ Valetul de romb – Hector – luptătorul legendar troian. LaHire, valetul de inimă roșie – comandantul militar francez care a luptat în Războiul de 100 de ani. Valetul de inimă neagră – Ogier danezul – erou al vechilor poeme franceze și Lancelor, valetul de treflă – viteazul cavaler al regelui englez Arthur.

Cele 52 de cărți de joc simbolizează numărul săptămânilor dintr-un an, iar cele două culori – roșu și negru – simbolizează ziua și noaptea.

*Pagină realizată de*
**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

## Ştiaţi că...

◆ ...noţiunile de latitudine şi longitudine au fost introduse pentru prima oară în anul 160 î.Hr. de

Hiparh din Niceea (circa 190-125 î.Hr.)? A fost considerat cel mai mare astronom al Antichităţii.

◆ ...în limba slavă „tiha" înseamnă linişte? De aici denumirea de Pasul Tihuţa din Munţii Bârgăului.

◆ ...cea mai luminoasă stea de pe bolta cerească este

considerată „Steaua Pistol"? Luminează mai mult decât un milion de sori.

◆ ...numele strâmtorii Bab-el-Mandeb vine din limba arabă? Înseamnă „Poarta lacrimilor".

◆ ...oxigenul a fost descoperit în 1774 de Joseph Pri-

estley (1733-1804)? A fost un chimist englez.

◆ ...cea mai compactă suprafaţă de stuf din lume se află în Delta Dunării? Are circa 400.000 de hectare.

◆ ...cel mai îndrăgit mamifer din

Australia este ursuleţul Koala? Este de fapt un marsupial.

Ştiaţi că...

# SIENA, rivala Florenţei

***Despre regiunea Toscana se spune că este mândria Italiei, printre oraşele ilustre care ocupă un loc de frunte afându-se Florenţa şi Siena. Alături de Roma, aceste două oraşe sunt considerate dintre cele mai vechi din Italia, dar originile Sienei plutesc între legendă şi fapte concrete.***

Legenda spune astfel că oraşul a fost fondat de Senio şi Ascanio, fiii lui Remus, fratele lui Romulus, întemeietorul Romei. Nu există nicio sursă ştiinţifică în acest sens dar povestea poate explica de ce peste tot în oraş sunt expuse statui ale lupoaicei hrănindu-i pe cei doi gemeni. Sursele istorice menţionează însă aici existenţa unei aşezări etrusce dintre anii 900-400 î.Hr. când tribul Saina s-a stabilit aici, la adăpost, în relieful înclinat al regiunii. În jurul anului 30 d.Hr. romanii au amenajat tot aici un post militar de supraveghere care s-a transformat într-un mic centru comercial.

Sanctuarul Sfintei Catarina de Siena

În Antichitatea târzie oraşul a căzut în mâinile lombarzilor şi ale francilor având să cunoască o nouă înflorire în Evul Mediu, mai ales după construirea drumului care lega Roma de Franţa. Devenită un important centru comercial, Siena a cunoscut câteva victorii în luptele cu Florenţa care însă, până la urmă a reuşit să transforme teritoriul în una dintre cele mai faimoase cuceriri ale sale.

Mai târziu au fost construite câteva clădiri emblematice printre care Catedrala, Palazzo Pubblico şi celebrul Torre del Mangia. Şcoala de pictură fondată sub patronajul lui Guido de Siena a atins gloria la începutul secolului al XIV-lea dar, din nefericire în 1348 a izbucnit o devastatoare epidemie de ciumă care a ucis aproape jumătate din populaţia oraşului. Siena a găsit puterea să se refacă mai ales după fondarea în 1472 a unei celebre bănci care a contribuit din plin la creşterea economică a urbei.

Muzeul Catedralei (interior)

Catedrala

Oraşul de astăzi impresionează prin decorul medieval, mare parte din el constituind piese ale patrimonului UNESCO. Amestecul de străduţe înguste şi de spaţii largi cu palate impunătoare conduce spre piaţa centrală, aproape rotundă, Piazza del Campo de unde pot fi văzute, mai sus, toate monumentele oraşului. Printre acestea pot fi amintite Primăria, respectiv Palatul Public, o construcţie gotică monumentală şi Catedrala Santa Maria sau Duomo, un tezaur de marmură din secolele al XII-lea şi al XIV-lea.

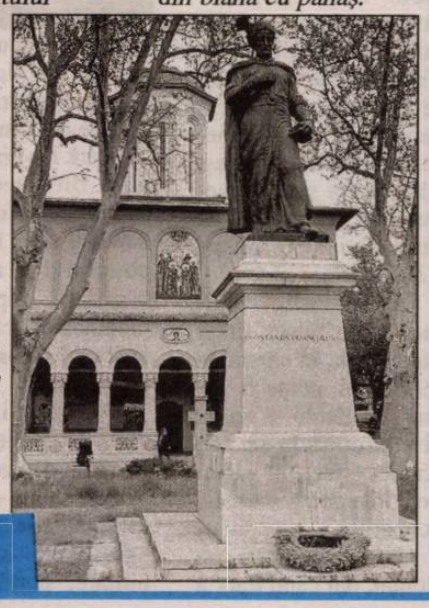
Numele oraşului este legat şi de acela al unei sfinte tinere martire, Catarina de Siena, născută la 25 martie 1347, cel de-al 23-lea copil dintre cei 25 ai familiei. Deşi nu ştia să scrie şi să citească a lăsat o mulţime de scrisori dictate, exemple de credinţă şi devoţiune. S-a remarcat mai ales în timpul epidemiei de ciumă prin grija arătată faţă de bolnavi, prin felul în care ocrotea copiii orfani şi prin alte acţiuni caritabile. S-a stins din viaţă foarte tânără iar sanctuarul ei este un loc de pelerinaj.

În Siena nu trebuie uitate muzeele, Grădina Botanică şi mai ales cursele de cai vestite în toată Italia.

## Statuia lui Constantin Brâncoveanu

*Aflată în curtea bisericii Sfântul Gheorghe-Nou din Bucureşti, acolo unde se află şi moaştele Sfântului Voievod, Statuia lui Constantin Brâncoveanu a fost realizată în 1939 de sculptorul Oscar Han.*

*Statuia de bronz având o înălţime mai mare decât cea a unui om obişnuit îl reprezintă pe domnitor tânăr, îmbrăcat într-o tunică lungă, prinsă la piept, sub care poartă haina domnească şi având pe cap o căciulă din blană cu panaş.*



Simboluri ale umanităţii

## Tannhäuser

Erou legendar foarte cunoscut în Europa medievală, Tannhäuser este un nobil din Bavaria care s-a născut în jurul anului 1205 şi a participat la o cruciadă.

Poet fiind şi-a recitat creaţiile oscilând între religiozitate şi frivolitate la diferite curţi din Germania şi Italia.

Ducând o viaţă uşuratică a făcut un pelerinaj la Roma încercând să obţină iertarea papei, iertare care nu i-a fost acordată. Papa i-a spus că i-o va oferi atunci când bastonul său de pelerin va înflori, eveniment care s-a petrecut abia înainte de moartea poetului.

Legenda a inspirat o serie de opere literare şi muzicale dintre care cea mai cunoscută este drama muzicală a lui Richard Wagner.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

# Magawa – şobolanul medaliat

Magawa este numele lui şi figura i-a devenit cunoscută de către public după postarea unei imagini impresionante cu el purtând medalia de aur PDSA, echivalentul animal al Crucii George (medalie care recunoaşte curajul civil), în provincia Siem Reap, Cambodgia.

Poate v-aţi aştepta ca Magawa să fie un câine dresat pentru prinderea infractorilor ori detectarea de droguri, însă realitatea este una cu totul neaşteptată: vorbim despre un şobolan african uriaş, antrenat de organizaţia non-profit APOPO, cu sediul central în Belgia, pentru o activitate extrem de periculoasă – detectarea de mine terestre.

Datorită abilităţilor sale neobişnuite, Magawa a salvat multe vieţi umane, dar el a fost „pensionat", având o vârstă respectabilă pentru specia sa. La începutul acestui an, organizaţia de caritate pentru care a lucrat a anunţat că rozătoarea a murit (în vârstă de 8 ani), în mod firesc prezentând situaţia respectivă ca pe pierderea unui camarad de nădejde.

„Toţi cei de la APOPO simţim pierderea lui Magawa şi suntem recunoscători pentru munca incredibilă pe care a făcut-o", se spune în anunţ. Acesta s-a născut în noiembrie 2013 în Tanzania, unde APOPO îşi menţine sediul operaţional şi centrul de formare şi reproducere, iar în 2016 a fost trimis în Cambodgia.

Acolo, în ţara asiatică devastată de un război civil de aproape trei decenii încheiat în 1998, el a detectat peste 100 de mine terestre şi alţi explozivi în timpul „carierei" sale de cinci ani.

Moartea lui Magawa a fost anunţată la o zi după ce trei experţi în îndepărtarea minelor, care lucrau pentru un alt grup, au fost ucişi de o explozie accidentală a unei mine antitanc în provincia nordică Preah Vihear din Cambodgia. Se consideră că şobolanii giganţi africani sunt potriviţi în special pentru detectarea minelor terestre, deoarece dimensiunea lor mică le permite să treacă peste câmpurile minate fără a declanşa explozii.

Magawa a fost găzduit în cuşca lui obişnuită şi a hrănit cu aceeaşi hrană – mai ales fructe şi legume proaspete – care l-au susţinut în timpul „serviciului" său activ.

Pentru a-l menţine într-o stare activă, a fost eliberat timp de 20-30 de minute pe zi într-o cuşcă mai mare, cu facilităţi precum o cutie de nisip şi o roată de rulare.

# Eroul din bucătărie

Uneori, dacă întâmplări nedorite, dar apărute prin forţa împrejurărilor, o impun, bucătarul poate deveni realmente eroul salvator de vieţi omeneşti. Un asemenea personaj, care de obicei îşi desfăşoară activitatea printre dulapuri, vase, plite de gătit şi alte asemenea obiecte... casnice, a fost protagonistul într-un incident ce se putea încheia tragic.

Evenimentul s-a înregistrat în restaurantul „Quartier Latin" din comuna Ixelles, una dintre cele 19 suburbii ale binecunoscutei aglomerări europene Bruxelles. Unul dintre clienţii localului îşi servea meniul comandat, când deodată a început să dea semne de sufocare.

Cele două persoane care se aflau cu el au încercat să-l ajute, însă nu au reuşit să-l facă să-şi revină, în pofida „tradiţionalelor" bătăi pe spate. Atunci a intervenit bucătarul restaurantului, care a aplicat imediat o tehnică foarte eficace: aşa-numita manevră Heimlich, care consistă în exercitarea unei presiuni abdominale. Astfel, clientul restaurantului a fost salvat, fiindcă altfel nu ar mai fi rezistat până la sosirea ambulanţei.

După cum era de aşteptat şi în mod categoric justificat, întreg personalul localului s-a declarat mândru de gestul admirabil, aducându-i un omagiu salvatorului, în presa locală: „Aseară, bucătarul de la QL a salvat viaţa unui client! Suntem atât de mândri de el! A venit calm, a salvat o viaţă şi s-a întors la muncă..."

Un limbaj ce nouă ne poate evoca un timp trecut, dar aprecierile sunt meritate de curajosul chef...

Doctorul Henry Heimlich a inventat tehnica salvatoare care utlizează presiunea aplicată pe abdomen pentru a elibera căile respiratorii ale unei persoane, în 1974. Se presupune că această tehnică a salvat vieţile a peste 100.000 de oameni doar în SUA.

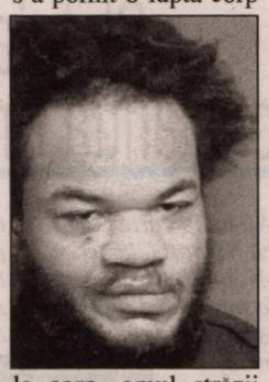
# Sancţiune pentru un gest uman

Nicio faptă bună nu va rămâne nepedepsită, spune o binecunoscută zicală, satirizând astfel pornirile ipocrite şi răzbunătoare ale unor persoane cu caractere îndoielnice. Mai grav însă e faptul că asemenea reacţii aproape maladive ating cote de violenţă ce pot chiar să pună în pericol vieţi.

Un bărbat coreean a fost rănit după ce a încercat să ajute un bărbat fără adăpost din New York, acoperindu-l cu o haină, în ajunul Zilei Naţionale a Coreei. Incidentul, care a fost surprins de o cameră de supraveghere, a avut loc pe East 41st Street şi 5th Avenue din Midtown, în jurul orei 8:30 am pe 12 ianuarie.

În videoclip, victima, identificată drept Sang Park, în vârstă de 59 de ani, poate fi văzută scoţându-şi haina şi apropiindu-se de Xavier Israel, în vârstă de 25 de ani, pentru a-l acoperi.

Israel dormea pe trotuar, dar când Park a încercat să-l ajute cu haina sa, s-a ridicat brusc şi l-a împins pe acesta la pământ. I-a smuls apoi portofelul, după care între cei doi s-a pornit o luptă corp



la corp, omul străzii lovindu-şi victima de mai multe ori în faţă înainte de a fugi.

Park l-a urmărit până la Biblioteca Publică din New York, unde Israel a scos banii din portofel şi i-a ascuns în pantaloni. Imprudentul binefăcător, care a suferit răni, a fost tratat la faţa locului.

Reţinut imediat de poliţişti, Israel se confruntă cu mai multe acuzaţii: tâlhărie, furt, agresiune, ameninţare, conduită dezordonată, hărţuire şi deţinere penală de bunuri furate. S-au recuperat de la el 1.500 de dolari, iar ca să fie eliberat temporar, trebuie să plătească o cauţiune de 25.000 de dolari pentru această faptă.

Destul de ciudat este că acelaşi individ mai comisese fapte similare înainte, chiar agresând şi alte persoane care încercau să îl ajute: o femeie, care s-a ales cu răni la mâini şi doi tineri aflaţi în Central Park. De fiecare dată infractorul a fost eliberat, asta însă şi cu concursul indirect al legiuitorilor.

În mod cel puţin nefiresc, procurorul districtual Alvin Bragg a emis o directivă prin care se cere eliminarea arestului preventiv „pentru infracţiuni care nu sunt grave"! E destul de limpede că Justiţia, uneori este legată la ochi.

# Spion „infiltrat" în Parlamentul britanic

Timp de aproape trei decenii, Christine Ching Kui Lee a fost apreciată drept un pilon al comunităţii anglo-chineze din Marea Britanie. Avocată şi militantă bogată, doamna Lee acţiona energic pentru promovarea intereselor chineze în Marea Britanie.

Aşa cum se întâmplă frecvent, lucrurile (şi mai ales oamenii) nu sunt ceea ce par a fi, iar această mamă a doi copii, în vârstă de 59 de ani, lucra şi ca spion.

O investigaţie a MI5 (agenţia britanică de contrainformaţii şi securitate internă), desfăşurată pe parcursul mai multor ani, a concluzionat că doamna Lee este un agent al statului comunist chinez.

Respectabila doamnă cu ochelari, de vârstă mijlocie, din Birmingham, a folosit sute de mii de lire sterline – sau chiar mai mult – canalizate către ea de Partidul Comunist Chinez din Beijing, pentru a cumpăra influenţă care includea chiar şi accesul la Downing Street (sediul guvernului Regatului Unit).

Agenţii britanici au decis că au suficiente dovezi, după câţiva ani de monitorizare a activităţilor doamnei Lee, astfel încât MI5 a emis tuturor parlamentarilor o alertă de securitate, prin care i-a avertizat că doamna Lee este agentul secret. Pentru a evita orice dubiu, anun-

ţul a inclus fotografia ei şi o afirmaţie conform căreia ea căuta să „intervină în secret" în politica Marii Britanii, oferind donaţii financiare partidelor politice, finanţare ce provenea de la cetăţeni străini din China şi Hong Kong.

Născută în China, doamna Lee s-a mutat în Marea Britanie în anii optzeci, stabilindu-se în Midlands. În ultimii 20 de ani, ea a condus o firmă de avocatură de succes – Christine Lee & Co – cu sediul central în Birmingham şi birouri-satelit în Chinatown din Londra şi în Beijing, Hong Kong şi Guangzhou.

Din 2015, firma de avocatură ar fi cheltuit peste 500.000 de lire sterline pentru finanţarea biroului privat al lui Barry Gardiner, deputatul laburist şi secretar pentru energie.

Nu există nicio dovadă cu privire la vreo influenţă decizională a domnului Gardiner, dar a devenit un prieten apropiat al doamnei Lee, angajându-l pe unul dintre fiii ei în biroul său din Westminster. El a fost, de asemenea, un susţinător fervent al centralei electrice Hinkley Point C, o centrală nucleară controversată care era construită în parteneriat cu o corporaţie energetică de stat chineză.

Interesant de menţionat este faptul că prim-ministrul britanic în perioada 2016-2019, Theresa May, i-a acordat doamnei Kui Lee un premiu pentru voluntariat.

*Pagină realizată de*
**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

# Cum au fost „îmbătrâniţi” actorii în filme

## şi cum au îmbătrânit în realitate?

***Încă de la începuturile cinematografiei, machiajul a fost o parte esenţială a magiei filmului. Pelicule precum „Înapoi în viitor” şi „Forrest Gump”, a căror acţiune traversează timpul şi se derulează pe parcursul mai multor decenii, n-ar fi avut nicio credibilitate dacă personajele lor n-ar fi îmbătrânit şi n-ar fi arătat ca atare.***

De la proteze la măşti de plastic, la chelii şi bărbi „puse”, machiorii au făcut practic orice ca personajele să arate mult mai bătrâne decât actorii care le interpretau. Trecerea timpului ne-a oferit şansa ca, în multe cazuri, să vedem cât de pricepuţi au fost experţii în machiaj, comparând rezultatul muncii lor cu felul cum arată actorii acum, când au îmbătrânit natural...

### Anthony Hopkins

Anthony Hopkins avea 56 de ani când a filmat „Legendele toamnei”, film în care personajul jucat de el, colonelul

William Ludlow, era trecut de 70 de ani. Fotografia din dreapta a fost făcută în 2016, când Hopkins a împlinit 79 de ani.

### Elizabeth Taylor

Pentru „frumoasa cu ochi violeţi”, rolul Marthei din „Cui îi e frică de Virginia Woolf?” a reprezentat nu doar un pas important în carieră, ci şi un veritabil tur de forţă. Liz Taylor, care avea pe atunci 31 de ani, a trebuit să interpreteze o femeie de aproape 40 de ani. Pentru aceasta, actriţa s-a îngrăşat aproape 12 kg şi a

purtat o perucă scurtă, cu păr încărunţit. Rolul îi va aduce însă un Oscar pentru cea mai bună actriţă. Fotografia din dreapta este din 1971, când Liz Taylor avea aceeaşi vârstă cu personajul Martha.

### Robert de Niro

Nilo Jacoponi, Manlio Rocchetti şi Gino Zambrioli au realizat în 1984 elaboratul machiaj al lui Robert De Niro, pentru filmul „A fost odată în America”.

De Niro avea atunci 41 de ani şi a trebuit să fie îmbătrânit ca să arate de 70 ani. Cât de reuşită a fost „îmbătrânirea” putem vedea examinând imaginea din dreapta, surprinsă în timpul unui interviu acordat de celebrul actor în decembrie 2013, când avea într-adevăr 70 de ani.

### Kyle MacLachlan

În prima serie din „Twin Peaks”, care precum ştim a făcut furori la începutul anilor 1990, personajul interpretat de Kyle MacLachlan, agentul Dale Cooper, era prezentat la un moment dat la

bătrâneţe. Actorul avea la acel moment 31 de ani şi machiorii au depus eforturi uriaşe pentru a-l îmbătrâni artificial. Ironia sorţii a făcut ca peste aproape trei decenii, actorul să joace acelaşi rol!

### Dick Van Dyke

Deşi avea doar 39 de ani în 1964, când a jucat în musicalul de uriaş succes „Mary Poppins”, Dick Van Dyke a fost totuşi ales să interpreteze rolul bătrânului şugubăţ „domnul Dawes”, pentru că era

un foarte bun dansator. Şi, dacă vom compara imaginea din mijloc cu cea din dreapta, realizată peste multe decenii, în 2016, când Van Dyke avea 91 de ani, trebuie să recunoaştem că într-adevăr au făcut treabă bună!!

### Mel Gibson

Şi acelaşi legendar Dick Smith s-a ocupat de machiajul lui Mel Gibson în filmul „Pururea tânăr” (1992). Pe atunci, actorul avea 36 de ani, dar personajul lui

din film avea la un moment dat peste 60 de ani. Producătorii au fost extrem de îngrijoraţi că machiajul ar putea distruge imaginea de star romantic a lui Gibson şi au insistat pe lângă Smith să nu-l îmbătrânească „de tot”. În imaginea din dreapta, Gibson are 60 de ani în realitate şi ne putem da cu uşurinţă seama că machiorul a ţinut cont de dorinţa producătorilor...

*Pagină realizată de*

**GABRIEL TUDOR**

PORTRET

## Marius Zgâianu

*Marius Zgâianu s-a născut la data de 15 iunie 1978 în oraşul sucevean Rădăuţi şi a urmat, în perioada 1998-2001, cursurile Şcolii Populare de Arte „Ion Irimescu” Suceava, activând în paralel în cadrul Ansamblului Folcloric „Bucovina”.*

*Absolvent al unei şcoli sanitare, dar şi al Şcolii de Poliţie, în paralel cu activităţile specifice muncii de poliţie, a început să îşi cultive calităţile vocale, sub îndrumarea comisarului-şef Teodoru Marian.*

*A participat la mai multe concursuri de gen, precum şi la diverse spectacole organizate în instituţie, dar şi în localităţile din zonă. Tot din această perioadă datează şi primele sale apariţii televizate. Albumul său de debut, „De-aş fi foc, lumea aş arde”, a fost înregistrat împreună cu Orchestra Ansamblului Artistic „Ciprian Porumbescu” – Suceava şi a fost lansat în iunie 2005.*

*Un veritabil izvor de energie, optimism şi iubire, Marius Zgâianu a ajuns repede la sufletul oamenilor, reuşind ca într-un timp relativ scurt să îşi câştige propriul public, format din toate categoriile de vârstă.*

*Al doilea album, intitulat „Uite, ăsta-i neamul meu”, ilustrează atmosfera mirifică a sărbătorilor de iarnă din Bucovina. În 2006 a lansat un alt album, „Aşa-s eu, cum nu-s prea mulţi”, mult mai dinamic, pe măsura temperamentului său.*

*Un alt album, cu totul deosebit, este „M-o făcut mămuca mândru”, din 2009, care conţine 28 de cântece autentice bucovinene.*

*În 2010, interpretul a fost recompensat cu „Discul de Aur” pentru vânzările albumului „Sărbători în Bucovina”. Înmânarea oficială a distincţiei a avut loc în cadrul emisiunii de divertisment „Să v-amintiţi duminica!” prezentată de Corina Chiriac şi realizată de binecunoscutul om de televiziune Florentina Satmari pentru postul Naţional TV.*

Aniversare

## Dinu Săraru, 90

*(Urmare din numărul trecut)*

Faima artistului are mereu două feţe: visare şi trădare. Visezi că eşti apreciat de toată lumea şi eşti trădat atunci când te aştepţi mai puţin.

Scriitorul, care a fost înregistrat în acte drept Constantin Grigore Săraru, explică în interviu că „de când e familia Săraru, de peste 275 de ani, există o tradiţie: primul născut trebuie să fie botezat Constandin (sau Constantin). Asupra lui erau trecute toate privilegiile rangului boieresc”. Când ajungi la Bucureşti, urmaş boieresc, născut la Râmnicu Vâlcea, dar crescut şi educat la Slătioara în casă de învăţător şi mamă cu darul povestirii, ca scriitor renumit şi om de teatru, viaţa e vis, dar şi presărată cu unele dezamăgiri.

Despre una dintre ele, Dinu Săraru mărturiseşte în *QMagazine,* atunci când aminteşte despre „fenomenul Sărindari” născut în 1977, este vorba despre *Teatrul Mic* din Bucureşti.

„Sărindariul a reprezentat pentru mine şansa de a aborda fenomenul teatral din perspectivă europeană. Orgoliul meu a fost să fac din Teatrul Mic, Piccolo Teatro din Milano. Am construit un repertoriu care a reprezentat o noutate absolută pentru vremea aceea. Toţi marii scriitori, europeni, americani, care s-au jucat pe scenele europene, au avut ecou în repertoriul Teatrului Mic. Am avut şansa unui regizor de excepţie, Cătălina Buzoianu, plus încă doi regizori tineri, Silviu Purcărete şi Cristian Hadji-Culea pe care i-am lansat eu”.

Aici au fost puse în scenă opere contemporane ale unor autori români, cum ar fi D.R. Popescu, Romulus Guga, Theodor Mănescu sau Paul Cornel Chitic. A învins obstacolele cenzurii vremii, dar „cel mai mare spectacol, care a marcat direcţia nouă în tot teatrul românesc de pe scena din Sărindari a fost dramatizarea lui Bulgakov *Maestrul şi Margareta.* Dramatizarea de la noi s-a petrecut cu 10 ani înainte ca romanul lui Bulgakov să fie reprezentat, la Moscova, pe scena Teatrului Taganka”. Se poate adăuga şi montarea piesei shakespeariene *Richard al III-lea,* în regia lui Purcărete, „care a fost unul dintre

spectacolele direct denunţătoare ale dictaturii totalitare”.

Rana care nu s-a închis nici în ziua de azi, spune Dinu Săraru, este montarea piesei *O scrisoare pierdută,* spectacolul „care m-a pus în situaţia de a rămâne singur”. Spectacolul era, cum se spune azi, „un atac violent şi virulent la adresa cuplului dictatorial”. După premieră au urmat vizionări peste vizionări.

A trecut cu bine, de furcile caudine, dar... „spectacolul a fost denunţat de unul dintre actorii importanţi ai mişcării teatrale româneşti. Acesta a părăsit sala strigând *Nu pot să particip la o asemenea blasfemie!* În aceeaşi seară a scris o scrisoare lui Ceauşescu, pe care a dus-o, noaptea, un regizor din teatru, altfel prieten cu mine, la Comitetul Central. A doua zi a început ancheta”. Zeloşii şi cei care voiau capra vecinului moartă, se deghizau în spatele zâmbetelor onctuoase. „A fost un spectacol care m-a marcat. Toţi nervii pe care i-am avut în cei 13 ani de directorat nu m-au răvăşit, nu m-au răscolit sufleteşte, nu m-au chinuit aşa cum a făcut-o acest spectacol”, mărturiseşte Dinu Săraru în *QMagazine.*

Spectacolul a fost apărat de doar câţiva scriitori, D.R. Popescu, Răzvan Theodorescu şi Alexandru Paleologu, care au avut un curaj extraordinar pentru acele vremuri.

Au fost ani complicaţi pentru scriitori şi oameni de teatru, anii au trecut, s-a aşternut liniştea, poate cea sufletească mai degrabă. Dar amintirile rămân şi pentru că Dinu Săraru a scris împreună cu Vartan Arachelian o carte, intitulată *O scrisoare pierdută la Teatrul Mic,* „care se află în mijlocul memoriilor mele intitulate *Jurnalul unui personaj controversat”.*

Scriu în avans aceste lucruri, *La mulţi ani!,* Dinu Săraru, pentru cei 90 de ani pe care îi va împlini pe 30 ianuarie, pentru că cine ştie pe unde mă vor prinde vremurile până atunci.

**GEORGE CUŞNARENCU**

# Cum să învingeţi depresia hibernală

***Ciclurile naturale ale organismului uman sunt guvernate de lumină. Prin urmare, a nu primi lumină suficientă ori a o primi sub forme nepotrivite poate avea consecinţe negative asupra sănătăţii, iar în acest sens depresia hibernală constituie o reală problemă.***

Zilele de iarnă reci şi întunecate provoacă tristeţe şi pot determina chiar o depresie clinică. Cum puteţi contracara această situaţie în mod practic şi cât mai simplu pentru oricine?

● ***Începeţi ziua cu o plimbare.*** O plimbare sub soarele dimineţii poate aduce un somn mai bun şi o mai puternică senzaţie de prospeţime. Studii recente indică o legătură între un indice de masă corporală sănătos şi expunerea la lumina dimineţii. De asemenea, astfel va scădea riscul de a dezvolta diverse forme de cancer. Este important însă ca plimbările să fie efectuate în mod regulat şi nu doar din când în când.

● ***Determinaţi cantitatea de lumină de care aveţi nevoie.*** Este esenţial să înţelegeţi cum reacţionează corpul la o lumină slabă sau la lipsa acesteia. Dacă vă simţiţi odihniţi, puteţi considera fără să riscaţi că organismul nu este influenţat de tulburările afective sezoniere.

Dacă nu e cazul, puteţi lua în calcul alte posibilităţi. Diferite tipuri de corpuri pot avea reacţii diferite la aceeaşi cantitate de lumină. Dacă sunteţi sensibili la aceasta, e important să luaţi un supliment care ajută la evitarea insolaţiei în cazul în care aceasta are o intensitate ridicată.

● ***Lăsaţi lumina să intre în casă.*** Dacă puteţi ţine o fereastră deschisă care primeşte soare suficient, luaţi micul dejun în faţa ei pe o durată de circa 30 de minute, zilnic, pentru un aport de lumină suficient.

O astfel de poziţionare prezintă avantaje şi dimineaţa, la trezire, când soarele începe să scalde treptat interiorul încăperii. În acelaşi timp însă trebuie eliminate surse de lumină de altă natură, cum este cea a ecranului televizorului.

● ***Alegeţi lampa de luminoterapie.*** Pentru îmbunătăţirea stării generale a organismului şi lupta eficientă împotriva tulburărilor afective sezoniere, soarele natural este cea mai bună soluţie, dar există şi alternative precum lampa de luminoterapie sau simulatorul de zori.

Aparatul emite o lumină cu intensitate crescândă, de unde şi eficacitatea tratamentului. Se recomandă opţiunea pentru minimum 10.000 de lucşi pentru a avea rezultatele dorite. Cantitatea sporită de lumină albastră produsă ajută ritmul circadian să rămână sincronizat şi atenuează probleme ca insomnia şi dezorientarea.

Luminoterapia este un mijloc excelent pentru combaterea depresiei de iarnă. Lampa specifică trebuie plasată în vecinătatea locului în care vă aşezaţi sau lucraţi. De exemplu, dacă lucraţi într-un birou, ideal este să o aşezaţi lângă ecranul computerului. Momentul cel mai benefic pentru luminoterapie este dimineaţa, şedinţele durând între un minut şi o jumătate de oră, în funcţie de intensitatea luminii.

Multe persoane încep prin intervale mai scurte şi le cresc progresiv în timp, însă după consultarea unui oftalmolog sau dermatolog, pentru a verifica dacă anumite tipuri de lumină nu sunt prea dure ori prea sensibile.

Pot exista şi efecte secundare uşoare ale luminoterapiei. Dacă persoanele cu tulburări bipolare depind de lumina naturală, pot avea simptome maniacale.

Pe de altă parte, acest tratament poate ajuta la controlul deficitului de atenţie cu hiperactivitate, al insomniei sau al demenţei; poate îmbunătăţi funcţia motrică la persoanele cu maladia Parkinson.

Nu se cunosc bine mecanismele acestor efecte terapeutice, însă acţiunea diferenţelor de expunere la lumină e plauzibilă, fiind vorba despre un impact asupra nivelului hormonilor ca melatonina. Aceasta ajută la reglarea stărilor şi deprinderilor de somn, însă alţi factori se identifică pas cu pas, lucrând.

# Cancerele la adulţi şi cele infantile nu sunt la fel

Factorii de mediu şi stilul de viaţă joacă un rol crucial în apariţia cancerului la adulţi – iar efectuarea de schimbări precum reducerea consumului de alcool, renunţarea la fumat şi alimentaţia sănătoasă poate diminua incidenţa cancerelor fatale la adulţi cu până la 40%.

La copii, factorii de mediu nu par să aibă un astfel de efect direct şi doar un mic număr din

cazurile de cancer din copilărie sunt determinate de genetică. Specialiştii bănuiesc că unii factori de mediu ar putea juca un rol, dar într-un mod indirect.

Majoritatea cancerelor din copilărie tind să se manifeste în primii ani de viaţă şi sunt mult mai agresive decât cancerele la adulţi. Timpul scurs de la semnalarea primelor simptome până la diagnostic, în majoritatea cazurilor este relativ scurt; mai exact, este vorba despre zile, săptămâni sau luni. Cu toate acestea, ratele de supravieţuire la copii – în ciuda deficitului de tratamente adaptate grupelor de vârstă mai mici – este impresionant de mare, cu 80% dintre pacienţi fără boală după cinci ani de la diagnosticare în ţările europene cu venituri mari.

În prezent, în Europa există aproximativ o jumătate de milion de supravieţuitori ai cancerului infantil. În schimb, ratele de supravieţuire la cinci ani pentru cancerele la adulţi sunt la nivelul de 54,5% în Europa, dar acest procent creşte mai mult în ţările cu venituri mari din Europa de Vest.

Totuşi, atunci când un copil a fost declarat nesusceptibil de boală – dacă nu există niciun semn de malignitate la cinci ani după diagnostic, este foarte probabil să se vindece. În schimb, adulţii... pot recidiva 5, 10, 15 ani mai târziu.

# Fumatul, o eternă controversă

Dependenţa de nicotină este multidimensională: a înţelege mecanismele adicţiei, reperarea situaţiilor ce duc la fumat înseamnă deja un început de renunţare la acest obicei foarte periculos.

A avea alături un sprijin în timpul sevrajului tabagic măreşte cu 70% şansele de reuşită, mai ales că în unele ţări fumatul este cea mai uşor de evitat cauză a cancerului. Specialiştii au constatat însă că în ultimii doi ani rata de diminuare a cancerului tabagic a încetinit, deşi înainte urma un traseu mult mai optimist.

Nu e o întâmplare, întrucât nicotina acţionează asupra creierului eliberând neurotransmiţători care activează circuitul recompensei şi favorizează senzaţia de bine, astfel că reduce anxietatea.

Problema e că totul durează foarte puţin, iar odată disipat efectul respectiv, apare o senzaţie de rău. Organismul e „văduvit" de nicotină şi atunci apar dorinţa puternică de a fuma, nervozitatea, anxietatea, agitaţia.

Aceste semne dispar imediat ce subiectul fumează din nou. În acest stadiu, guma de mestecat cu nicotină sau plasturii pot neutraliza simptomele specifice în condiţiile lipsei nicotinei care apar la stoparea fumatului. În alte situaţii, oamenii fumează doar în pauzele de masă ori îngăduite de firmele unde muncesc, la o petrecere sau când dorinţa de a fuma apare „automat". Este vorba despre dependenţa comportamentală de nicotină. Pentru contracararea acesteia, trebuie început prin reperarea situaţiilor care declanşează această nevoie aproape irezistibilă. Apoi, fie sunt evitate, fie se alcătuiesc strategii pentru a face să scadă semnificativ dorinţa de a fuma.

Privind cu luciditate problema, dependenţa psihologică de nicotină este ca un toiag pe care subiecţii se sprijină când se simt stresaţi, obosiţi, trişti. Numai că, aşa cum am remarcat, efectul calmant e de scurtă durată. De aceea este importantă consilierea unei persoane care să ştie cum să abordeze faţă de pacient şi aspectele mai delicate ale fenomenului.

Terapiile comportamentale şi cognitive dau în general rezultate pozitive în privinţa comportamentului şi psihologiei dependenţei.

Cât despre metodele alternative – hipnoza, acupunctura, auriculoterapia sau chiar ţigareta electronică – specialiştii spun că, în stadiul actual de cunoaştere, nu au trecut proba unui efect benefic pe termen lung.

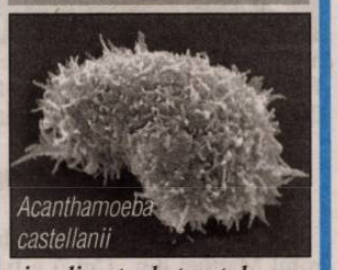
## PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

# Parazitul lentilelor de contact

*Utile şi relativ simplu de manipulat şi de purtat, lentilele de contact nu constituie chiar o barieră inexpugnabilă în calea agresorilor oculari din exterior. Şi nu vorbim despre fire de praf ori alte corpuri străine.* Acanthamoeba castellanii *(AK) este un parazit, organism omniprezent, găsit în multe ecosisteme din întreaga lume.*

*Este capabil să supravieţuiască în circumstanţe dure de mediu – chiar şi în unele soluţii pentru lentile de contact. Keratita cu AK este o boală neglijată, asociată frecvent cu purtarea lentilelor de contact. Infecţia corneei cu AK provoacă inflamaţie severă, durere intensă şi tulburări de vedere, care duce la orbire dacă este lăsată netratată. Infecţia începe atunci când parazitul este în stadiul de trofozoit de hrănire activă*



Acanthamoeba castellanii

*şi se lipeşte de ţesutul corneei înainte de a pătrunde în stratul stromal inferior. Opacitatea rezultată duce la o vedere mai puţin ageră şi în cele din urmă la orbire.*

*Şi mai îngrijorător este că, pe lângă boala corneeană dureroasă, progresivă, care ameninţă vederea, parazitul poate traversa bariera hematoencefalică şi poate provoca encefalită, o boală progresivă a sistemului nervos central ce duce adesea la moarte.*

*Lentilele pot fi contaminate prin expunerea la apă în timpul înotului, folosirea unei căzi cu hidromasaj, spălarea cu apă de la robinet sau ca urmare a igienei personale proaste ori a unor regimuri de dezinfecţie neadecvate, ce pot favoriza creşterea bacteriilor de pe lentilele pe care la rândul lor amoebele aderă şi proliferează. Pe măsură ce lentilele de contact câştigă popularitate, proporţia populaţiei cu risc crescut de a dezvolta KA poate creşte.*

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

# Chakrele energetice pot fi deblocate, susţine medicina energo-informaţională

***Că omul este opera creaţiei divine, nu numai în forma lui materială, ci şi sub forma lui energetică, este un fapt cunoscut. Microcosmosul omului depăşeşte creaţia oricărui sistem computerizat cunoscut până acum constând în biologistică.***

Omul este un computer biologic care are nevoie la anumite intervale de timp să fie resetat, devirusat şi readus în balanţa lui biologică. Aşa se pot preveni multe probleme de sănătate sau unde sunt deja să le reducem în manifestarea lor. Cu alte cuvinte, prin această „resetare energetică se întrerupe fenomenul de autodistrugere".

Viaţa nu este ceva mecanic, nu este un aparat. Privit la suprafaţă omul este numai materie, privit în profunzime este o unitate între suflet, spirit şi trup. Toate problemele sufleteşti se exprimă prin diferite afecţiuni, iar noxele (virusuri, bacterii, metale grele...) apasă, de asemenea, asupra sufletului nostru.

Spiritul este grăuntele cel mai profund al fiinţei umane. A nu se confunda cu intelectul, care este o altă dimensiune în corp. Şocurile emoţionale au întotdeauna o influenţă negativă asupra sistemului energetic al omului şi automat asupra organelor corpului.

Sănătatea este talentul de autoreglare energetică a corpului. De o funcţionalitate intactă şi echilibrată a corpului sunt răspunzatoare toate celulele.

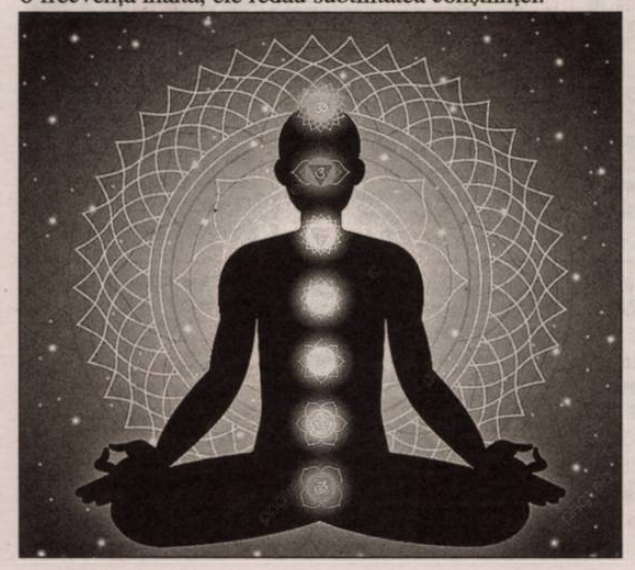
Timpul în care totul se trata cu medicamente a trecut. Timpul în care informaţia joacă un rol esenţial în vindecare şi ameliorare a început.

Bolile cronice sunt un semnal că unitatea, în comunicarea energetică a celulei, s-a întrerupt şi bucăţi din ţesutul organelor s-au separat informativ energetic de celulă. Cu alte cuvinte celula organului bolnav funcţionează la un singur pol.

Chakrele energetice (7 de bază) – dereglarea sau blocarea lor duce la probleme de sănătate în corpul fizic şi spiritual. Chakrele energetice sunt uşa spre suflet, sunt centre energetice ce pleacă din canalele energetice ale coloanei şi care organizează la nivel corporal şi spiritual procese de învăţare bine definite. Chakrele energetice sunt o roată a luminii, care se roteşte în permanenţă când omul este în echilibru energetic.

Viaţa funcţionează ca o baterie între fiecare dintre noi şi Univers şi, ca orice baterie, mai trebuie reîncărcată. Deci o reechilibrare energetică, urmată de o „devirusare" este cheia spre sănătate.

Chakrele situate în partea inferioară (mai aproape de Pământ) pulsează cu o frecvenţă scăzută, aduc o notă de realism conştiinţei. Nu există chakre bune şi rele – fiecare din ele au proprietăţi pozitive şi negative. Modul cum funcţionează depinde de meridianele energetice, fie ele rele sau bune. Chakrele situate în partea superioară pulsează cu o frecvenţă înaltă, ele redau subtilitatea conştiinţei.



***Chakra I – Chakra rădăcinii*** are culoarea roşie şi face legătura cu sistemul urogenital şi cu suprarenalele. Este prima treaptă a conştiinţei omului, ne face legătura între lumea psihică şi lumea pământeană.

***Chakra II*** – are culoarea portocalei şi face legătura cu sistemul lombar, ganglionii spinali, glandele cu producţie externă şi reprezintă dorinţa de viaţă.

***Chakra III – Plexul solar*** are culoarea galbenă şi face legătura directă cu sistemul digestiv, pancreas. Este reprezentată prin enèrgie, putere, vitalitate.

**Chakra IV** are culoarea verde, este în directă legătură cu timusul şi sistemul circular, este locul iubirii necondiţionate.

***Chakra V – chakra gâtului*** are culoare albastră şi reprezintă adevărul, simţul comunicativ şi armonia.

***Chakra VI – chakra frunţii, al treilea ochi*** – are culoarea violet şi face legătura directă cu sistemul hormonal, hipofiza.

***Chakra VII*** are culoarea albastră, este în directă legătură cu epifiza şi sistemul nervos central. Se află în afara câmpului fizic al corpului, deschisă spre infinit.

Chakrele pot fi reechilibrate prin tratamentele neinvazive, oferite de medicina energo-informaţională.

La fiecare pacient terapia este personalizată conform măsurătorii energetice a corpului. Să nu aşteptăm să ne îmbolnăvim. Prevenţia – adică readucerea chakrelor energetice în echilibru poate întrerupe fenomenul de autodistrugere din corp şi să reactiveze autovindecarea, care era blocată.

La baza aparatelor de terapie stă fizica cuantică, cea care ne confirmă încă o dată că avem o influenţă mult mai mare decât se credea asupra sănătăţii noastre.

Trăim într-o eră a informaţiei. Omul de astăzi are nevoie de terapii moderne, care să-l îndepărteze de chimie şi să-i repună circuitul energetic al corpului mereu în balanţă. Atunci comunicarea cu natura şi Universul se întregeşte.

**FLORICA MUNTEANU,**
*specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog*

***Pentru mai multe informaţii accesaţi:***
***www.dermavital-med.ro***
***Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968***

***CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3***

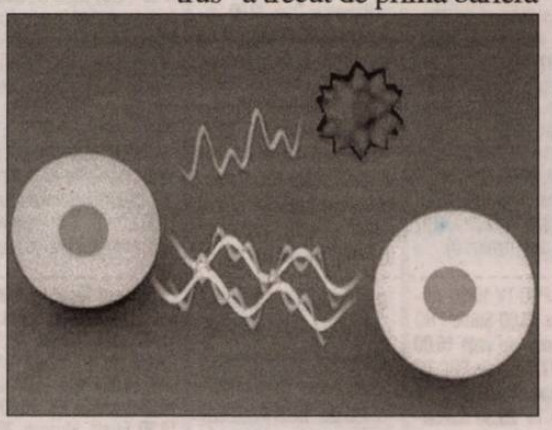
PUBLICITATE

## Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

## TERAPIA 4W
– zidurile de apărare ale imunităţii înnăscute!

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.



Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

*Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.*

***4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitaţi în 2 rate.***

dermaVITAL

covid -19

**tel 0731.871.968 / 021.322.40.04**

**www.dermavital-med.ro**

## NOU!! – card de terapii post Coronavirus!

Centrul German DermaVital vă pune la dispoziţie atât tratamente Post Covid de prevenire a sechelelor ce pot apărea după infecţia cu Covid-19, cât şi tratamente Post Vaccin pentru neutralizarea efectelor secundare ale vaccinului.

Pentru mai multe informaţii accesaţi:

www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

*Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!*

PUBLICITATE

## LUNI – 31 ianuarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 România veritabilă (r) 10.35 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Pofticioşi, la cratiţă! 13.10 Dr. Chiotea 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 Ediţie specială 18.10 Serial: „Prinţesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari romînce 20.00 Telejurnal 21.00 Referendum cu Mihai Rădulescu 22.50 Film: „Recuperatorul" (coprod., 2018). Cu: Scott Adkins 0.30 Doc.: „Marile epidemii" 1.00-6.00 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 SURVIVOR România 23.30 Ştirile PRO 0.00 Film: „Warcraft" (r) 2.30 Superspeed la ProTv (r) 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi – Poftiţi prin ţară 23.00 Observator 23.30 Film: „Tonul perfect 2" (SUA, 2015). Cu: Katey Sagal, Anna Kendrick 2.00-5.00 Reluări.

**PRIMA TV**
7.00 Secretele preşedintelui 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Lumea pe val (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Pachetul" (SUA, 2013). Cu: Dolph Lundgren 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Pachetul" (r) 4.00 Flash monden (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Hai cu fetele (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine şi rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul". Cu: Evrim Alasya 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine şi rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Teleşcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Fără prejudecăţi (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleşcoala: Clasa a XII-a 16.00 Handbal: Dobrogea Sud Constanţa – AHC Potaissa Turda 17.30 Doc.: „Prietenii neobişnuite" 18.00 Ora de ştiri 19.10 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: dispăruţi fără urmă" (Canada, 2018, I) 20.00-23.00 Reluări 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-6.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
5.45 La Măruţă (r) 7.45 Film: „Eloise, micuţa cupidon" (SUA, 2003) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film (r) 13.45 Film: „Karate Kid" (r) 16.30 Film: „Misterul din florărie: nimeni nu suflă o vorbă" (SUA, 2016) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Omul nostru din Panama" (SUA, 2001). Cu: Pierce Brosnan 22.45 Film: „Un experiment cibernetic" (SUA, 2016). Cu: Toby Jones, Rose Leslie, 0.30 Film (r) 2.45 La Măruţă (r) 4.30 Serial (r).

## MARŢI – 1 februarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori (r) 9.45 Teleshopping 10.00 #Creativ (r) 10.35 Serial: „Prinţesa Ja-Myung" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Pofticioşi, la cratiţă! 13.00 Dr. Chiotea 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 Ediţie specială 18.10 Serial: „Prinţesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari romînce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Cei trei muşchetari" (partea all-a). Cu: Gerard Barray, Mylene Demongeot 0.00 Serial: „Fantomele fiordului" 1.00 Telejurnal (r) 2.00 Revizie tehnică.

**PRO TV**
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 SURVIVOR România 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „Câinele... sau viaţa!" (SUA, 2017). Cu: Jason Momoa, Bruce Willi 2.00 Lecţii de viaţă (r) 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi – Poftiţi prin ţară 23.30 Observator 0.00 Film: „Rocky V" (SUA, 1990). Cu: Sylvester Stallone 2.00 Film: „Tonul perfect 2" 4.00 Acces direct (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

**PRIMA TV**
7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Nuntă în străinătate" (SUA, 2019). Cu: Winona Rider, Keanu Reeves 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film (r) 4.00 Flash monden (r) 4.30 Focus 6.00 Hai cu fetele (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine şi rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine şi rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Teleşcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshoping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Teleşcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Mândrie şi pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Case şi idei 18.00 Ora de ştiri 19.10 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: dispăruţi fără urmă" (partea a II-a) 20.00-23.00 Reluări 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-6.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film (r) 10.15 Serial (r) 12.30 Film: „Un sărut de milioane" (r) 14.45 Film: „Stuart Little 2" (r) 16.15 Film: „Joey" (SUA, 1997). Cu: Matt LeBlanc 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „În bătaia puştii" (SUA, 1993). Cu: Clint Eastwood, John Malkovich 23.00 Film: „Lecţii de viaţă" (SUA, 2014). Cu: Gail O'Grady, Grant Show 1.00-5.15 Reluări.

## MIERCURI – 2 februarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Fun urban (r) 10.35 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Pofticioşi, la cratiţă! 13.00 Dr. Chiotea 14.00 Telejurnal 15.10 Convieţuiri 17.00 Banii tăi 18.10 Handbal: CS Minaur Baia Mare – CS Măgura Cisnădie 19.30 Mic portret de mari romînce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.00 Adevăruri despre trecut 22.30 Istorii ascunse 23.00 Breaking Fake News 0.00 Serial: „Fantomele fiordului" 1.00-6.00 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 MasterChef 22.30 Film: „Acvila legiunii a IX-a" (SUA, 2011). Cu: Mark Strong, Jamie Bell 0.45 Ştirile PRO TV 1.15 MasterChef (r) 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

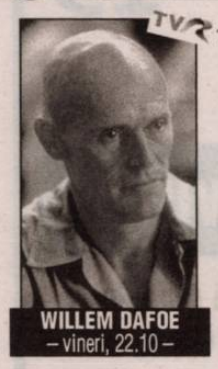
**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 iUmor (r) 23.30 Observator 0.00 Serial: „Grand Hotel" 2.00 Revizie tehnică 5.00 Preţul cel bun (r).

**PRIMA TV**
7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Chef Dezbrăcatu (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Regele din California" (SUA, 2007). Cu: Michael Douglas, Evan Rachel Wood, Ashley Greene 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 4.00 Hai cu fetele (r) 5.00 Focus (r) 6.00 Starea Naţiei (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine şi rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine şi rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Teleşcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Teleşcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Mândrie şi pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Case şi idei 18.00 Ora de ştiri 19.10 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: şoarecele şi pisica" 20.10 Film: „Mariachi Gringo" (coprod., 2012) 22.00-23.00 Reluări 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-6.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film (r) 10.15 Serial (r) 12.30 Film: „Standing Up" (r) 14.30 Film: „Joey" (r) 16.30 Film: „Un cătel în cupele europene" (SUA, 2004). Cu: Nick Moran (I), Jake Thomas 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Armă secretă" (SUA, 2002). Cu: Mariel Hemingway 22.30 Film: „Opt milimetri" (SUA, 1999). Cu: Nicolas Cage 1.00-5.15 Reluări.



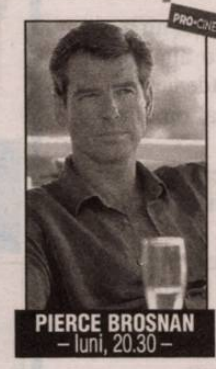
**WILLEM DAFOE**
– vineri, 22.10 –

**JASON MOMOA**
– marţi, 0.00 –

**ELIZABETH OLSEN**
– joi, 23.30 –

**EVAN RACHEL WOOD**
– miercuri, 20.00 –

**EVRIM ALASYA**
– luni-duminică, 21.00 –



**PIERCE BROSNAN**
– luni, 20.30 –

**MICHEL PICCOLI**
– duminică, 22.10 –

**„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune**

## JOI – 3 februarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.15 Referendum cu Mihai Rădulescu (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Vreau să fiu sănătos! (r) 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.00 Ediţie specială 18.00 Handbal: CSM Focşani – AHC CS Buzău 19.35 Mic portret de mari romînce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.00 Doc.: „Internetul tuturor lucrurilor" 23.00 Nocturne 0.00 Serial: „Fantomele fiordului" 1.00-6.00 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 MasterChef 22.30 Film: „Capturat" (SUA, 2020). Cu: Matthew Garbacz, James P. Bennett 0.15 Ştirile PRO TV 0.45 Film: „Nu muri!" (SUA, 2021) 2.30 I like IT 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 23.00 Observator 23.30 Film: „Pompeii" (SUA, 2014). Cu: Kitt Harington, Emily Browning 1.30-5.00 Reluări.

**PRIMA TV**
7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Chef Dezbrăcatu (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Haiducii lui Şaptecai" (România, 1971). Cu: Florin Piersic, Marga Barbu 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film (r) 4.00 Flash monden (r) 5.00 Focus (r) 6.00 Starea Naţiei (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine şi rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine şi rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Case şi idei (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Reţeaua de idoli (r) 9.00 Teleşcoala: Clasa a VIII-a (r) 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Natură şi aventură (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Teleşcoala: Clasa a XII-a (r) 16.00 Serial: „Mândrie şi pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Case şi idei 18.00 Ora de ştiri 19.10 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: şoarecele şi pisica" 20.10 Film: „În braţele străinului" (coprod., 2006) 22.00-23.00 Reluări 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-6.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.00 La Măruţă (r) 7.308.00 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.15 Film: „Inimă de dragon: Un nou început" (SUA, 2000) 16.00 Film: „Miracole din Paradis" (SUA, 2016) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Băiat de treabă" (SUA, 1997). Cu: Scott Rudin 22.15 Film: „Cartea lui Eli" (SUA, 2010) 0.45 Film: „Mr. Nice Guy" (r) 2.45 La Măruţă (r) 4.30 Serial: „La Bloc" (r).

## VINERI – 4 februarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.15 Referendum cu Mihai Rădulescu (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Eu pot! (r) 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.00 Cooltura 17.30 Fan/Fun urban 18.10 Serial: „Prinţesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari romînce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Închisoarea durilor" (SUA, 2000). Cu: Willem Defoe, Edward Furlong 0.00-5.30 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Românii au talent 0.00 Film: „Jaf cu stil" (SUA, 2017). Cu: Morgan Freeman, Michael Caine, Joey King 2.00-4.00 Reluări.

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct cu Mirela Vaida 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Film: „Joc periculos" (SUA, 2015). Cu: Jason Statham 22.15 Film: „Logan" (SUA, 2017). Cu: Hugh Jackman 0.15 Film: „Pompeii" (r) 3.00 Observator (r) 4.00 Acces direct (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

**PRIMA TV**
7.00 Starea Naţiei 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Chef Dezbrăcatu' (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Revanşa" (România, 1978). Cu: Jean Constantin 22.30 Film: „Patima" (Romania, 1969). Cu: Draga Olteanu Matei 1.00-6.00 Reluări.

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine şi rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor România (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza!" 23.00 Serial: „Între tine şi rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Desfine ca-n filme (r) 9.00 Teleşcoala: Clasa a VIII-a (r) 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Teleşcoala: Clasa a XII-a (r) 16.00 Serial: „Mândrie şi pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Case şi idei 18.00 Ora de ştiri 19.10 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: moştenire mortală" 20.00 Gala umorului (r) 22.00 Reţeaua de idoli 23.00-6.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.00 La Măruţă (r) 8.00 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.30 Film: „Un liceu «periculos»" (SUA, 1999). Cu: Jon Lovitz 16.15 Film: „Cu mingea la picior" (SUA, 2003) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „În slujba vieţii" (SUA, 2006). Cu: Kevin Costner, Ashton Kutcher 23.15 Film: „De ce eu?" (România, 2015). Cu: Emilian Oprea 2.00 Film (r) 4.00 Apropo Tv 5.30 Serial: „La Bloc" (r).

## SÂMBĂTĂ – 5 februarie

**TVR 1**
7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Strop şi Balonaş 9.00 Vorbeşte corect! (r) 9.30 Vreau să fiu sănătos! (r) 10.30 #secreteleplantelor (r) 11.00 Europa mea 11.30 Lumea azi 12.00 Ai luat plasă! 13.00 Exclusiv în România (r) 13.45 Discover Romania (r) 14.00 Teejurnal 14.20 Rugby: România – Rusia 16.30 Ora regelui (r) 17.30 O dată-n viaţă (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Cuibul Salamandrelor" (România, 1978) 23.00-5.05 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 Film: „Beethoven 2" (SUA, 1993) 12.00 Ce spun românii (r) 13.00 Film: „O aventură regală" (SUA, 1995) 15.00 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 Film: „Îngerii lui Charlie" (SUA, 2019). Cu: Cameron Diaz, Drew Barrymore 22.15 Film: „Albă ca Zăpada şi Războinicul Vânător" (SUA, 2012) 0.45-4.30 Reluări.

**antena 1**
6.00 Observator 9.00 Film: „Sherlock Gnomes" (SUA, 2018) 10.30 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.30 Mireasa 16.00 Poftiţi pe la noi – Poftiţi prin ţară (r) 19.00 Observator 20.00 Film: „Frumoasa adormită" (SUA, 1959) 21.30 Film: „Vrei să te însori cu mine?" (SUA, 2009) 0.00-1.30 Reluări 4.00 Film: „Crăciunul la palat"(SUA 2018).

**PRIMA TV**
7.00 Serial: „Ringo" (r) 8.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Starea Naţiei (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Lumea pe val (r) 12.30 Coloana de direcţie 13.00 Serial: „Oportuniştii" 14.00 Film: „Revanşa" (r) 16.00 Alege reţeta naţională (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.30 Film: „Dincolo de realitate" (SUA, 2013). Cu: Chad Moffitt 22.30 Film: „Escobar: paradisul pierdut" (SUA, 2014). Cu: Benicio Del Toro 1.00-6.30 Reluări.

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine şi rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor Romania (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine şi rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Generaţia Fit (r) 8.30 Euromaxx 9.00 MotorVlog (r) 9.30 Fără prejudecăţi (r) 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 Handbal: HC Zalău – HC Dunărea Brăila 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbaţi de 10 (r) 17.00 Fraţi de viţă (r) 17.30 Distracţiile lui Cazacu (r) 18.00 Ora de ştiri 19.10 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: moştenire mortală" (partea a II-a) 20.10 Film: „Fata cu cercel de perlă" (M. Britanie, 2003). Cu: Scarlett Johanson 22.10 Serial: „Dragoste şi sânge" 0.00-4.20 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.15 Ce spun românii (r) 8.15 Film: „High School High" (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.15 Film: „Dansează cu mine" (SUA, 2012) 16.15 Film: „Mama bătăilor de cap" (SUA, 2015) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Pasagerii" (SUA, 2016). Cu: Jennifer Lawrence, Chris Pratt 22.30 Film: „Cincizeci de umbre întunecate" (SUA, 2017) 1.00-4.15 Reluări.

## DUMINICĂ – 6 februarie

**TVR 1**
7.00 Universul credinţei (r) 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Dianei 10.35 Viaţa satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viaţa satului (II) 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică şi delicateţuri cu Mircea Dinescu (r) 15.30 Handbal: CSM Bucureşti – SCM Politehnica Timişoara 17.10 Exclusiv în România (r) 18.00 Dosar Romania (r) 19.00 România veritabilă 20.00 Telejurnal 21.10-22.30 Reluări 23.30 Replay 0.30-6.05 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 Film (r) 12.00 Ce spun românii (r) 13.00 MasterChef (r) 15.00 Film: „Duminica, la Tiffany" (SUA, 2010). Cu: Alyssa Milano 17.00 Film: „Cursa spre Witch Mountain" (SUA, 2009). Cu: Dwayne Johnson 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 SURVIVOR România 23.00 Film: „Omul de oţel 3" (SUA, 2013) 1.30-5.00 Reluări.

**antena 1**
6.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Film: „Vrei să te însori cu mine?" (r) 16.00 RĂZI CU ROaST De ziua noastră 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuţite (r) 23.30 Film: „Malavita: O familie criminală" (SUA, 2013). Cu: Robert de Niro, Michelle Pfeiffer 1.30 Film: „Crăciunul la palat" (r) 3.15 RĂZI CU ROaST De ziua noastră (r).

**PRIMA TV**
7.00 Serial: „Oportuniştii" (r) 8.00 Alege reţeta naţională (r) 9.00 Focus la prima oră 10.00 Ora de Profit.ro 11.00 Insider politic 13.00 Serial: „Secretele preşedintelui" 14.00 Poezie şi delicateţuri 16.00 Film: „Bucătarul detectiv 2" (SUA, 2015) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden (r) 20.00 Schimb de mame 22.00 Poezie şi delicateţuri (r) 0.00 Insider politic (r) 2.00 Film (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Ora de profit.ro (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine şi rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor Romania" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine şi rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură şi aventură (r) 11.00 Handbal: CSA Steaua Bucureşti – AHC Dobrogea Sud Constanţa 12.30 Sănătate cu de toate (r) 13.10 Film: „La răscrucea marilor furtuni" (România, 1980) 15.20 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Ora de ştiri 19.10 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: crimă cu public" 20.10 Film: „Munţii în flăcări" (România, 1980) 22.10 Film: „Nunta roşie" (coprod., 1973). Cu: Michel Piccoli 0.00-5.10 Reluări.

**PRO CINEMA**
5.30 Ce spun românii (r) 7.30 Film: „The Meddler" 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film (r) 13.45 Film: „Karate Kid I" (SUA, 1984). Cu: Ralph Macchio, Pat Morita 16.15 Film: „Flicka" (SUA, 2006). Cu: Maria Bello, Alison Lohman 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Fereastra secretă" (SUA, 2004). Cu: John Turturro, Johnny Depp 22.30 Film: „De ce el?" (SUA, 2016). Cu: Zoey Deutch, Megan Mullally 0.45-3.45 Reluări.

# POVESTIRI

Integramă de **M. ALBU**

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CALITĂȚI APRECIATE / COPIL ZBURDALNIC | | VECHILE ARMATE / GHIOCEI PE ULIȚĂ | | CUB PUNCTAT LA TABLE / CEAUN DE MĂMĂLIGĂ | Z | EVA POP / DE FOARTE MICI DIMENSIUNI | E | PLANTĂ CU SPICE / AGRICOLI | G | ESCALE AUTO / UȘOARE ADORMIRI |
| | | | | | A | M | P | | | |
| OBICEIURI BISERICEȘTI / SUL CU MONEDE | | | | | R | I | PÂNĂ AICI, ATÂT! / AVANTAJ LA CĂRȚI | | | |
| | | | | CĂZUT ÎN RUINĂ / AU ZECI DE SUTE | | C | | | | |
| TOT... ÎNAINTE! / DESENAT LA GEOMETRIE | | | A COPIA / ÎNTRERUPERE BRUTALĂ | S | C | R | I | E | 3,14 / RĂSUFLĂRI GRELE DUPĂ EFORT | |
| | | | | NEGUSTORI DE LAPTE ACRU / CONDUCTĂ | | O | | | | |
| | ACCELERAT / REMORCI DE MOTOCICLETE | | | | | S | ÎNCĂ O DATĂ / SPORTUL ȚINTAȘILOR | I | A | R | A CĂLCA PE NERVI PE CINEVA |
| | | COPERȚI DE REGISTRU! / STRIGARE DE CATALOG | | | CENTRU... AUTO! / SPRIJIN LA GREU | C | | COPIII PĂRINȚILOR / ÎNLOCUITOR DE CAFEA | F | I | I |
| DIN CANAVA! / TOBA MICĂ / SERVIETĂ CU ACTE | | | | | | O | | | | A PATRA DINTRE CELE 12 ZODII |
| M | A | P | A | PRECED LĂTRĂTURILE / MIEZ DE PITĂ! | | P | | | | |
| FILM CU EPISOADE / LITERATURĂ ARTISTICĂ | | | | P | | I | RECITATUL COLINDELOR | | | |
| | | | | I | | C | | | | |

## Umor

– *Salut, vecine! Nu am mai văzut-o de mult pe soția ta. V-ați despărțit?*

– *Nu, a rămas să parcheze mașina...*

*O blondă stă la semafor. Vine un cerșetor și spune:*

– *Tanti, dă-mi și mie 5 lei!*

*Blonda îi dă și pleacă... la următorul semafor un cerșetor îi cere 5 lei... blonda îi dă și pleacă... la următorul semafor cerșetorul îi cere iar 5 lei și blonda întreabă:*

– *Tu ce faci, fugi după mașină?*

– *Dacă îmi dai 10 lei îți zic cum să ieși din sensul giratoriu...*

– *Soția dumitale va fi frumoasă, deșteaptă și bogată, îi spune ghicitoarea unui bărbat.*

– *Minunat, dar ce fac cu actuala?!*

– *Domnule, fața dumneavoastră, am mai văzut-o undeva!*

– *Imposibil, de când m-am născut o țin în același loc.*

*Un infractor arestat fuge din sediul Poliției.*

*Șeful urlă:*

– *Sunteți niște incapabili! Cum se poate așa ceva? V-am ordonat să păziți toate ieșirile!!*

– *Le-am păzit șefu' dar a fugit pe la intrare.*

– *Care este secretul relației voastre?*

– *Facem dragoste de trei ori pe săptămână. El lunea, miercurea și vinerea. Eu marțea, joia și sâmbăta. Duminica stăm acasă.*

## SUDOKU

jocul săptămânii: 4

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 | | | | 2 | | 4 | 1 |
| 5 | | | | 3 | | | | 9 |
| 8 | | 2 | 1 | | | | | |
| | | | | | | | 9 | 3 |
| | 9 | | | 7 | | | 6 | |
| 3 | 5 | | | | | | | |
| | | | | | 3 | 8 | | 4 |
| 1 | | | | 8 | | | | 2 |
| 9 | 8 | | 7 | | | | 3 | |

*Soluția în numărul viitor*

*Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 3*

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 4 | 8 | 1 | 5 | 2 | 3 | 9 | 6 |
| 5 | 9 | 2 | 7 | 6 | 3 | 8 | 4 | 1 |
| 6 | 1 | 3 | 4 | 9 | 8 | 2 | 7 | 5 |
| 3 | 7 | 5 | 6 | 2 | 4 | 1 | 8 | 9 |
| 8 | 2 | 4 | 5 | 1 | 9 | 7 | 6 | 3 |
| 1 | 6 | 9 | 8 | 3 | 7 | 5 | 2 | 4 |
| 9 | 3 | 7 | 2 | 4 | 1 | 6 | 5 | 8 |
| 2 | 5 | 1 | 9 | 8 | 6 | 4 | 3 | 7 |
| 4 | 8 | 6 | 3 | 7 | 5 | 9 | 1 | 2 |

*Soluția integramei „ECUAȚII"*

*Orizontal:* O - P - H - C - E - G - ZBURDALNICIE - TROSNI - OUAT - NINS - IDILA - I - NAPI - ERETIC - CE - ETERI - IL - A - CRAP - STIUT - TRAINICIE - ME - ANTICA - UTIL - RIDA - INS - ANI - OITA - IULIAN - INDEPENDENTA.

## Verificați-vă cunoștințele!

# Lupul

1. Care este aria de răspândire a lupului, mamifer din familia canidelor?
2. Care era tatăl lui Fenrir, lupul monstruos din mitologia scandinavă?
3. Cum se numea zeul păstor al oseților (Caucazul de Nord), singurul care permitea lupilor să fure oi pentru a se hrăni?
4. Ce scriitor german (1877-1962) a scris romanul „Lupul de stepă"?
5. Ce pictor flamand (1577-1640) a pictat tabloul „Vânătoare de lupi și vulpi"?
6. Ce compozitor german (1786-1826) a compus muzica operei Freischutz în care o parte din acțiunea actului al II-lea se petrece în „Râpa lupilor"?
7. Cine a realizat, în 2015, filmul artistic „Ultimul lup"?

*Răspunsurile la întrebările din numărul trecut*

*1) Prima școală românească se află în Ardeal, în curtea bisericii Sfântul Nicolae din Scheii Brașovului. Primele cursuri în limba română au avut loc aici în 1583. 2) Cântecul „Gaudeamus igitur" este inspirat dintr-un manuscris în limba latină din 1287 reprezentând un imn medieval compus de Strada, un episcop din Bologna. Forma pe care o cunoaștem astăzi a fost realizată în 1871 de preotul și literatul german C.W. Kindleben. 3) Schița „Un pedagog de școală nouă" a fost scrisă de Ion Luca Caragiale. 4) Șlagărul „Ani de liceu" aparține compozitorului Florin Bogardo. 5) Monumentala lucrare „Școala din Atena" poartă semnătura lui Rafael Sanzio (1483-1520). 6) Cartea „Universitățile mele" a fost scrisă de Maxim Gorki. 7) Filmul „Liceenii" a fost realizat în regia lui Nicolae Corjos.*

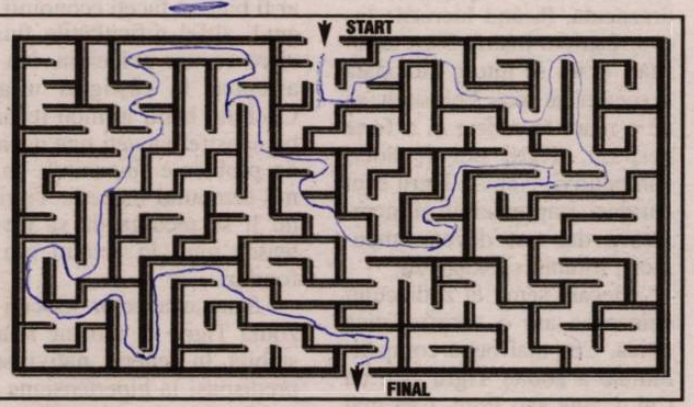
*Poșta cititorilor*

Pentru întrebările cu tema *„De Crăciun"* am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

## PERSPICACITATE

*Încercați să rezolvați labirintul.*




## Grădina de lângă casă

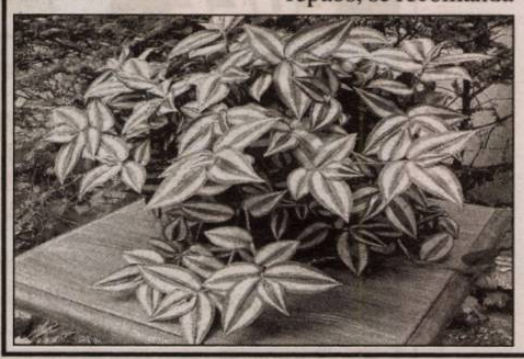
# Planta telegraf

*(Tradescantia Zebrina)*

● Este o plantă perenă, o specie de liană, cu creștere rapidă și decorativă prin frumusețea frunzelor. Are tulpini cărnoase ce pot atinge o lungime de 30 cm. Frunzele ovale sunt brăzdate de două dungi argintii pe partea superioară, fiind violet pe cea inferioară. Pot fi întâlnite o multitudine de combinații – cu roz, cu crem, cu violet sau cu auriu.

● O dată cu trecerea timpului plantele pot deveni golașe la bază și inestetice. Pentru a masca acest lucru se pot planta butași din plantele bătrâne și când sunt suficient de bine dezvoltați să le eliminați pe cele mature.

● Preferă umiditatea ridicată și temperaturile medii. Vara tolerează temperaturi de până la 27°C. Iarna, în perioada de repaos, se recomandă amplasarea plantei într-un spațiu în care temperatura nu scade sub 10°C.



● Lumina puternică, direct în bătaia Soarelui, o va ajuta să își mențină frunzele frumos colorate. Rezistă și în locuri întunecoase, însă frunzele își vor pierde culorile.

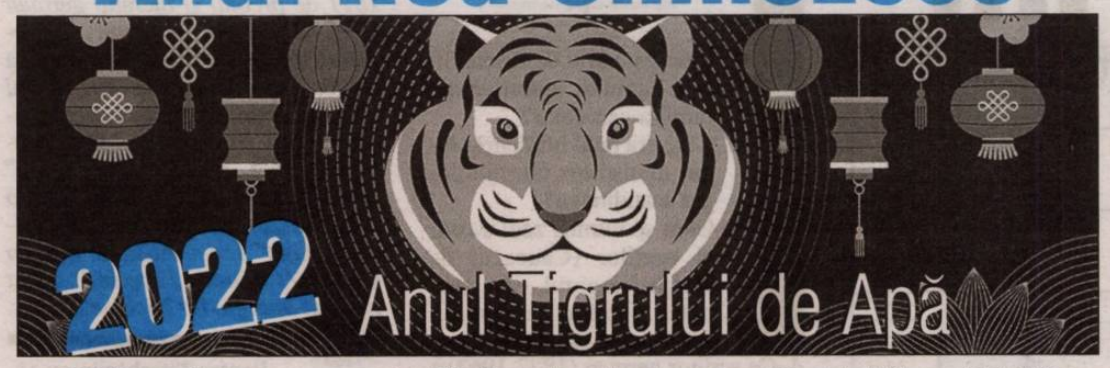
● Vara se udă constant, astfel încât pământul din ghiveci să fie umed. Iarna, udările se fac cu o frecvență redusă.

● În perioada aprilie-septembrie se administrează plantei un fertilizant lichid pentru plante verzi.

● Se înmulțește prin butași. Aceștia se recoltează din vârful tulpinilor și trebuie să aibă o lungime de 5-13 cm. Tăierea se realizează imediat sub un nod.

*Pagină realizată de* **IONEL COJOCARU**

# Anul Nou Chinezesc




***2022, conform astrologiei chinezeşti, este anul Tigrului de Apă şi începe pe 1 februarie. Tigrul este cunoscut drept regele tuturor animalelor din China, un simbol al forţei, al exorcizării relelor şi al curajului.***

În 2022, horoscopul fiecărei zodii se va schimba. Unii vor scăpa de nenorocirile din 2021, iar alţii vor trebui să facă faţă altor provocări.

Cu o personalitate încăpăţânată şi o judecată dură, Tigrii sunt activi şi se exprimă cu îndrăzneală, făcând lucrurile într-o manieră înaltă. Sunt autoritari şi nu se întorc niciodată la ceea ce au spus. Folosindu-se de o mare încredere şi o forţă nespusă, Tigrii pot fi lideri competitivi. Nativii Tigru sunt curajoşi, imprevizibili şi încrezători, dar pot deveni impetuoşi, iritabili şi exageraţi.

Fiecare semn al zodiacului chinezesc are o caracteristică unică. Cea mai bună compatibilitate a zodiei Tigru este cu Cal, Câine sau Porc. Cea mai nepotrivită este cu Bivol, Şarpe, Capră sau Maimuţă.

Situaţia generală a afacerilor nativilor Tigru este stabilă, iar rezultatul muncii poate fi finalizat cu succes, dar totul se va realiza puţin mai greu.

Pe măsură ce personalitatea Tigrilor este mai puternică atunci când sunt cu ceilalţi, ar trebui să aibă grijă şi să preţuiască fiecare identitate a celorlalţi. Dacă vor să obţină mai multe oportunităţi ar trebui să fie mai smeriţi. În relaţiile sociale, Tigrii au întotdeauna un rol dominant.

Cele mai bune cariere pentru Tigri sunt: manager, agent de turism, actor, scriitor, pilot, agent de publicitate, muzician, comediant sau şofer. Cei trecuţi de 30 de ani îşi vor găsi direcţia şi vor aduna bogăţii.

Din punct de vedere financiar, bogăţia nativilor Tigru va fi stabilă, dar banii pot fi pierduţi cu uşurinţă. Oriunde veţi fi, va trebui să fiţi atenţi la siguranţa portofelului. În plus, ar fi bine să faceţi economii tot anul, altfel dificultăţile financiare se vor evidenţia. Nu vă aşteptaţi la câştiguri uriaşe. Cheltuiţi banii în mod rezonabil şi astfel vă veţi ţine departe de probleme financiare. În anul semnului naşterii, Tigrilor nu li se recomandă să investească mult în acţiuni sau în fonduri.

Sănătatea celor născuţi în zodia Tigru va rămâne relativ stabilă. În general, nativii sunt predispuşi la hipertensiune arterială şi boli oculare. Prin urmare, Tigrii a căror tensiune arterială este deja mare, ar trebui să îşi controleze starea de spirit şi să reducă stresul.

Anul 2022 este un an bun pentru ca Tigrii să se căsătorească. Nativii singuri vor avea mari şanse să-şi găsească persoana iubită. Tigrii la vârsta de 24 sau 36 de ani ar trebui să acorde mai multă atenţie gestionării relaţiilor, mai ales că norocul lor în dragoste va fluctua.

Cele mai norocoase zodii din anul 2022 sunt Bivolul şi Capra. Nativii Iepure, Dragon, Cal şi Cocoş vor fi destinaţi să se bucure de o viaţă liniştită şi de noroc la bani. Pentru cei născuţi în zodiile Şobolan, Şarpe, Maimuţă, Porc sau Câine li se recomandă să depună mai mult efort pentru a obţine mai multe realizări. Bivolii fac afaceri ce vor înflori, iar îndrăgostiţii se vor bucura de momente plăcute. Caii vor avea o viaţă amoroasă favorabilă şi îşi vor petrece un timp de calitate alături de membrii familiei. Şerpii vor câştiga profituri uriaşe în afaceri, deoarece majoritatea planurilor se vor întoarce în favoarea lor. Există şanse reale pentru nativii Şarpe singuri să se căsătorească anul acesta. Şobolanii au şansa unei răsturnări favorabile în viaţa profesională.

2022 este un an bun pentru a da naştere unui copil, mai ales dacă sunteţi în căutarea unei perioade de bun augur, anul Tigrului fiind una dintre cele mai râvnite perioade. Bebeluşii născuţi în decursul anului 2022 vor fi Tigru de Apă, fiind înzestraţi cu inteligenţă, plini de umor şi buni la socializare. De obicei, au noroc în a face bani şi au o capacitate puternică de a se adapta la lucruri noi.

***Ce aduce noroc în Anul Tigrului:*** ● numere norocoase: 1, 3, 4, 13, 43; ● zile norocoase: 16 şi 27 ale fiecărei luni; ● culori norocoase: albastru, gri, portocaliu; ● flori norocoase: crin galben, cineraria; ● direcţii norocoase: est, nord, sud.

***Ce ar trebui evitat în Anul Tigrului:*** ● numerele: 6, 7, 8, 67, 87; ● culoare ghinionistă: maro; ● direcţie ghinionistă: sud-vest; ● luni cu ghinion: prima, a patra, a cincea şi a unsprezecea lună a calendarului chinezesc.

*Pagină realizată de*
**CASANDRA**

**ÎN NUMĂRUL VIITOR**

■ Cum ar fi arătat Pământul fără oameni? (2) ■ Omul care a evadat din Gulag ■ Cele mai bizare băuturi ale Antichităţii ■ În luptă contra migrenelor ■ Pericolul (ne)numit Triclosan ■ Costume de... groază, din filme nu neapărat de groază!

# HOROSCOP

31 ianuarie – 6 februarie 2022

**BERBEC** 21.03-20.04

Oamenii vă vor observa mai mult decât până acum, în special şefii, profesorii sau părinţii. Sunteţi dornici să vorbiţi cu oameni mai tineri, în special cu cei din trecutul dumneavoastră. Este posibil să auziţi veşti bune de la vechi prieteni!

**TAUR** 21.04-21.05

Este o perioadă benefică pentru dumneavoastră, când vă gândiţi la obiectivele pe termen lung şi la propriile valori spirituale. Vreţi să călătoriţi şi să faceţi orice pentru a vă extinde lumea. Profitaţi de orice pentru a învăţa şi a studia.

**GEMENI** 22.05-21.06

Va trebui să aveţi răbdare cu cei mai apropiaţi, deoarece s-ar putea să vă enervaţi cu uşurinţă. Lucrurile oricum vor merge în favoarea dumneavoastră. Aţi putea încasa o sumă frumoasă de bani şi să fiţi promovaţi. Succes!

**RAC** 22.06-21.07

Puneţi accent pe parteneriate şi pe prietenii, mai ales că acum vechi amici s-au întors în lumea dumneavoastră. Acesta poate fi un lucru pozitiv sau s-ar putea să creeze gelozii. Aveţi capacitatea de a vedea cele mai apropiate relaţii cu mai multă obiectivitate.

**LEU** 22.07-22.08

Sunteţi gata să munciţi din greu. Mulţi dintre dumneavoastră se vor gândi însă la foşti parteneri mai mult ca de obicei, deoarece intraţi în contact cu ei. Trebuie să fiţi atenţi deoarece energiile sunt destul de scăzute şi s-ar putea să vă simţiţi obosiţi.

**FECIOARĂ** 23.08-22.09

Vă bucuraţi de tot felul de proiecte creative şi de activităţi legate de copii. De asemenea, vă puteţi îmbunătăţi relaţiile cu prietenii sau partenerii. Totul este strâns legat de starea dumneavoastră şi de răbdarea cu care vă ascultaţi interlocutorii.

**BALANŢĂ** 23.09-22.10

În această săptămână casa şi familia sunt punctele care vă vor preocupa. Mulţi dintre dumneavoastră vă veţi repara şi redecora locuinţa sau vă veţi ocupa de un proiect laborios legat tot de casă. Oricum, sunteţi convingători când vă doriţi ceva.

**SCORPION** 23.10-21.11

A sosit momentul prielnic să vă gândiţi la un obiectiv serios, mai ales că acum sunteţi mai inspiraţi şi mai încrezători decât de obicei. Vă veţi bucura de compania celor din jur şi observaţi frumuseţea împrejurimilor. Asta vine ca o binecuvântare!

**SĂGETĂTOR** 22.11-21.12

Aveţi destulă energie ca să vă simţiţi motivaţi şi pregătiţi de acţiune. Viaţa de acasă şi cea de familie vă vor aduce bucurii mari. Poate fi vorba despre o căsătorie, o naştere sau chiar o adopţie.

**CAPRICORN** 22.12-19.01

Acum vi se oferă şansa să vă reîncărcaţi bateriile. Urmează o săptămână excelentă pentru a vă reînnoi garderoba, mai ales că de ceva vreme vă doriţi un anumit lucru. Este uşor să colaboraţi cu ceilalţi, mai ales că sunteţi mai optimişti ca de obicei.

**VĂRSĂTOR** 20.01-18.02

Urmează o săptămână grozavă pentru că vă simţiţi inspiraţi, încrezători şi plini de bunăvoinţă faţă de cei din jur. S-ar putea să doriţi să vă relaxaţi cât mai mult posibil şi să vă bucuraţi de momente de lenevie.

**PEŞTI** 19.02-20.03

Parcurgeţi nişte zile norocoase. Vă simţiţi plini de speranţă pentru viitor şi încrezători în prezent. Veţi atrage oameni şi resurse către dumneavoastră şi asta vă va ajuta. În weekend vă bucuraţi de revederea unor prieteni.

Nativul săptămânii: **ANNA PAVLOVA** (31.01.1881 – 23.01.1931)

*A fost prima balerină rusoaică de la sfârşitul secolului al XIX-lea şi începutul secolului al XX-lea. Această nativă a zodiei Vărsător a devenit prima balerină care a făcut turnee în întreaga lume, inclusiv în America de Sud, India şi Australia.*

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 021.317.89.65

**Preţ abonament**

| PERIOADA | VALOAREA |
|---|---|
| ❑ 1 LUNĂ | 11,00 LEI |
| ❑ 2 LUNI | 22,00 LEI |
| ❑ 3 LUNI | 33,00 LEI |
| ❑ 4 LUNI | 44,00 LEI |
| ❑ 5 LUNI | 55,00 LEI |
| ❑ 6 LUNI | 66,00 LEI |

**Abonamente 2022**

***Începând cu data de 01.12.2021, ca urmare a creşterii taxelor poştale, preţul abonamentelor contractate va fi cel din tabelul alăturat***

**Abonamente 2022**

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

❶ Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

❷ Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 40 euro sau 48 $,
– 6 luni: 80 euro sau 96 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR.

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722.625.622

SERIE NOUĂ - 1585 • ANUL LXV • 3 FEBRUARIE 2022 • 16 PAGINI • 3 LEI Nr. 5 (3335)

# magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Spectacolul cunoaşterii

**TRACTOR**
controlat cu smartphone-ul

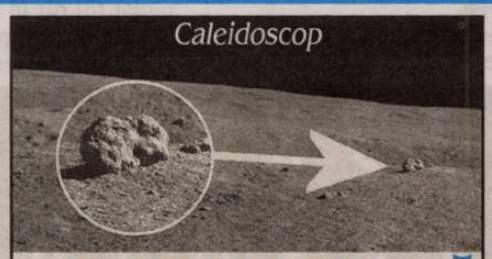
Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

**Slăbiţi... mâncând mai mult**

Dosarele frumuseţii

**Remedii**



Caleidoscop

**„COLIBA" MISTERIOASĂ**

***«Vei învăţa pe cheltuiala ta că de-a lungul vieţii vei întâlni mai multe măşti decât chipuri!»***

*Luigi Pirandello*

# Cum ar fi arătat Pământul fără oameni (2)

**LUCRĂRILE LUI CHRISTOPHER DOUGHTY, PROFESOR ASOCIAT ŞI SPECIALIST ÎN ECOSISTEME** la Universitatea Northern Arizona, sugerează că elemente precum fosfor, calciu şi magneziu, care sunt esenţiale pentru viaţă, au scăzut cu peste 90 la sută prin dispariţia marilor animale, fiind cunoscut rolul lor în transportarea acestora pe zone întinse de mediu.

Doughty presupune că, fără oameni, elementele ar fi distribuite mai uniform în mediu. Acest lucru ar însemna un sol mai fertil, ceea ce ar face ca ecosistemele să fie mai productive. „Dacă prezenţa elementelor este mai neregulată în ecosisteme, productivitatea va fi mai neregulată", e de părere Doughty.

„Oamenii au tendinţa de a strânge laolaltă elemente prin practici precum agricultura şi crearea de zone împrejmuite, astfel încât aceste zone devin mai puţin fertile în timp, în comparaţie cu sistemele sălbatice", spune Doughty. O fertilitate mai mare înseamnă că plantele îşi pot aloca resursele către mai multe fructe şi flori, astfel încât lumea să arate mai vibrantă şi să hrănească mai multe animale.

Clima ar putea fi, de asemenea, diferită, mai adaugă cercetătorul, şi, deşi este dificil de spus în ce fel oamenii şi megafauna ar fi influenţat schimbările climatice cu mii de ani în urmă, cu dovezi care s-au pierdut în timp, este mult mai uşor să judecăm impactul nostru asupra climei Pământului astăzi.

Prin încălzirea globală, cauzată de activităţi precum arderea combustibililor fosili, oamenii au crescut temperatura medie globală cu aproximativ 1 grad Celsius de la începutul secolului al XX-lea. Prin urmare, Pământul ar fi fost puţin mai rece fără noi. Un studiu din 2016 publicat în *Nature* a concluzionat că „încălzirea cauzată de om va amâna o viitoare epocă glaciară cu cel puţin 100.000 de ani". O fi bine, o fi rău, ne putem întreba noi, profanii.

Totuşi, glaciaţiunea nu a mai avut loc în următorii 50.000 de ani, chiar şi fără întârzierea activităţilor umane, aşa că este puţin probabil ca Pământul să fie în mijlocul unei alte ere glaciare astăzi, chiar şi în cazul în care noi, oamenii, nu am fi fost prin preajmă.

## *Oamenii sunt inevitabili*

Şi totuşi, suntem prin preajmă. Pentru că prezenţa noastră era inevitabilă. Oamenii moderni, adică *Homo sapiens*, aşa cum suntem astăzi, nu au fost întotdeauna singurii hominizi din bloc, iar scoaterea noastră din ecuaţie ar fi putut deschide uşa pentru verii noştri de Neanderthal.

Oamenii de ştiinţă nu sunt siguri de ce oamenii de *Neanderthal* au dispărut cu aproximativ 40.000 de ani în urmă, dar pentru că s-au încrucişat cu *Homo sapiens*, părţi din ADN-ul lor trăiesc azi în unii dintre noi. Probabil că au existat mai multe motive pentru moartea oamenilor de Neanderthal, dar noi suntem suspecţii principali.

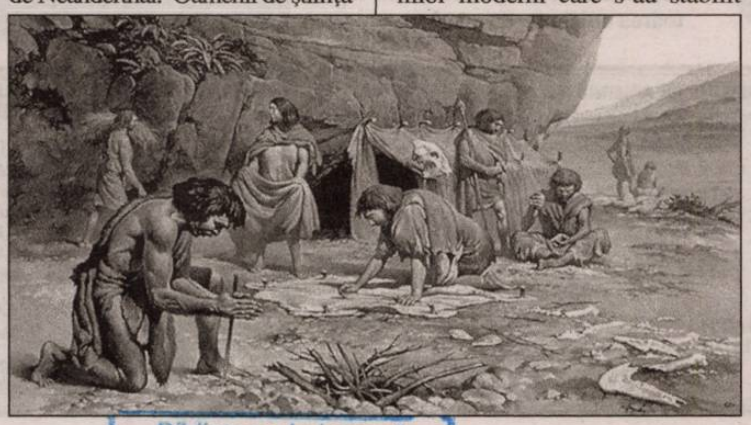
Chris Stringer, profesor şi cercetător în domeniul originilor umane la Muzeul de Istorie Naturală din Londra, consideră că lupta pentru resurse a fost un factor în dispariţia oamenilor de Neanderthal. „Dacă nu am fi fost prin preajmă, dacă nu am fi venit în Europa acum 45.000 sau 50.000 de ani, cred că probabil ar mai fi aici", declara el pentru *LiveScience*.

Potrivit lui Stringer, oamenii de Neanderthal duceau vieţi complexe în Europa, asemănătoare oamenilor moderni, dar aveau dificultăţi în a face faţă schimbărilor climatice şi erau relativ puţini la număr, cu o diversitate genetică scăzută. Aceasta este o veste proastă pentru orice specie, semn de consangvinizare şi sănătate şubredă.

> **O ÎNTREBARE DIFICILĂ: SCHIMBĂRILE CLIMATICE NATURALE SAU ACTIVITĂŢILE UMANE DE-A LUNGUL TIMPULUI SUNT CELE CARE AR FI CONTRIBUIT LA DISPARIŢIA UNOR SPECII DE ANIMALE?**

Neanderthalienii erau probabil într-o stare „de avarie", iar când oamenii moderni au ajuns acolo, cred că asta le-a pus capac", spune Stringer. Dar oamenii nu i-au afectat doar pe oamenii de Neanderthal. Oamenii de ştiinţă consideră că a existat cel puţin încă o linie umană care a trăit în aceeaşi perioadă cu oamenii moderni şi cu neanderthalienii: e vorba despre Denisoveni.

Această descendenţă pare să fie mai aproape de neanderthalieni decât de oamenii moderni ca gene şi aspect, dar se distinge de neanderthalieni prin molarii săi foarte mari. Oamenii moderni s-au încrucişat probabil cu denisovenii, deoarece există dovezi ale ADN-ului denisovan la oamenii din zilele noastre, care trăiesc în locuri precum Noua Guinee din Oceania – o descoperire care indică faptul că denisovenii se aflau în Asia de Sud-Est, interacţionând cu strămoşii oamenilor moderni care s-au stabilit ulterior mai la est, potrivit unui studiu din 2012 publicat în revista *Science*.



Denisovenii s-au amestecat şi cu oamenii de Neanderthal din Siberia, unde au fost găsite rămăşiţele fosilizate ale unui hibrid Denisovan-Neanderthal, după cum scria *LiveScience*.

Aceste interacţiuni Denisova, împreună cu dovezile fosile, sugerează că aveau o gamă geografică mai mare decât neanderthalienii, cuprinzând o varietate mai mare de medii, şi prin urmare, probabil, au putut să se adapteze pe o scară mai largă decât oamenii de Neanderthal. Dovezile ADN sugerează, de asemenea, că denisovenii au avut probabil o diversitate genetică mai mare decât neanderthalienii, potrivit lui Stringer, care crede că „ar fi putut fi un pariu chiar mai bun pentru supravieţuire decât oamenii de Neanderthal".

Neanderthalienii şi Denisovenii contează, pentru că dacă una sau ambele dintre aceste descendenţe ar fi supravieţuit, ei ar fi putut să creeze o cale similară cu cea realizată de Homo sapiens în cele din urmă, trecând, atunci când ultima eră glaciară s-a încheiat, de la statutul de vânători-culegători la dezvoltarea agriculturii.

„Nu există niciun motiv pentru care oamenii de Neanderthal sau Denisovenii nu ar fi putut face asta până la urmă, având suficient timp", a spus Stringer. S-ar putea să fi depăşit eventualele deficienţe intelectuale, pe care nu este clar că le-au avut, prin evoluţie, a adăugat el. Deci poate că lumea nu ar arăta atât de diferit până la urmă. „Şi în egală măsură, ar putea să facă aceleaşi greşeli pe care le-am făcut de atunci", a spus Stringer. „Deci, încălzirea globală ar fi putut fi tot aici, dar provocată de neanderthalieni sau denisoveni, nu de noi. Cine ştie?".

Concluzia este că inevitabil ne-am afla în acelaşi punct în care ne aflăm azi, indiferent dacă la cârmă s-ar fi aflat oamenii moderni, neanderthalienii sau denisovenii. Ideea unui paradis terestru, fără oameni, doar cu plante şi animale, păsări şi peşti, este în continuare o utopie pe scara istoriei.

**GEORGE CUŞNARENCU**

5 948427 000188 05

Biblioteca Judeţeană
MUREŞ
TÂRGU MUREŞ

# Cifrele arabe, o eroare istorică

***Cifrele arabe sunt folosite în întreaga lume de câteva secole, fiind mai uşor de utilizat decât cele romane. Numele lor este rezultatul unei erori istorice, corectată abia în secolul al XVIII-lea, prin eforturile unui savant oriental rus.***

În realitate, chiar dacă occidentalii au „preluat" aceste semne numerice de la arabi (în urma cruciadelor, cavalerii care îşi revendicau, paradoxal, rolul de civilizatori ai lumii islamice şi-au însuşit şi nenumărate cunoştinţe ştiinţifice de mare valoare), ele provin din îndepărtatul spaţiu oriental al Indiei, fiind inventate în secolul al III-lea î.Hr.

Aici este descoperit conceptul de zero (se presupune că a fost copiat din surse rămase necunoscute) care nu era reprezentat la alte civilizaţii. Romanii nu aveau un corespondent pentru „zero", ci foloseau un cuvânt pentru a-l înlocui – „nulla". De acolo, au fost împrumutate de civilizaţiile arabo-musulmane în secolul al IX-lea, fiind descrise într-o lucrare a savantului persan Abu Abdullah Muhammad bin Musa al-Khwarizmi şi, un secol mai târziu, au ajuns în Europa.

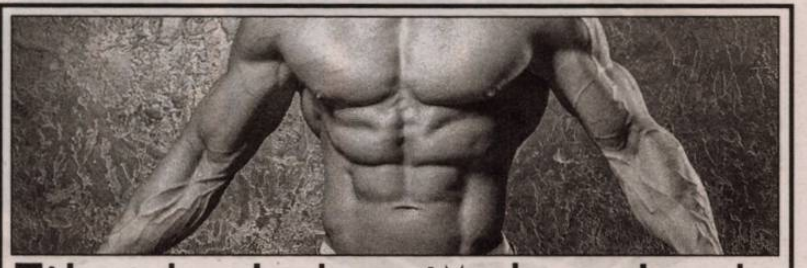
Se presupune că numerele arabe au ajuns în Europa prin

Spania, cucerită de arabi şi inclusă în Marele Califat, dar şi prin intermediul comercianţilor italieni ce navigau frecvent în nordul Africii, interacţionând cu comercianţii arabi.

Utilizarea cifrelor arabe în Europa medievală a întâmpinat opoziţia obscurantiştilor care au interzis folosirea acestora în contracte sau în alte documente oficiale. În timpul Renaşterii, care a încurajat dezvoltarea ştiinţelor şi a comerţului, cifrele arabe au început să fie folosite pe scară largă.

Treptat, ele s-au impus în faţa vechilor cifre romane, deoarece permiteau o notare foarte uşoară în sistemul zecimal folosit în Occident, totodată facilitând operaţiile simple cu numerele mari, precum şi operaţiile complexe. Designul cifrelor arabe s-a schimbat în mod repetat, astăzi fiind semnificativ diferit nu numai de cel iniţial, ci şi de cel adoptat în ţările arabe.

„Impunerea" cifrelor arabe are meritul de a fi propulsat ştiinţa şi tehnica la nivelul actual, accelerând semnificativ ritmul dezvoltării acestora prin răspândirea şi adoptarea rapidă la nivel global. *(A.N.P.)*



# Etimologie legată de animale

*Dacă ne gândim la ce înseamnă un cuvânt simplu – „mușchi", descoperim că ştim câte ceva, dar esenţa ne scapă. Însă dacă cercetăm etimologia cuvântului cu siguranţă vom avea revelaţii deosebite.*

*Cuvântul „mușchi" a fost folosit pentru prima dată de vorbitorii de franceză mijlocie în secolul al XIV-lea, evoluând din latinul „mus", care înseamnă „şoarece" şi/sau din „musculus", care se traduce atât prin „şoricel", cât şi prin „mușchi". Asta, fiindcă vechii romani credeau că anumiţi mușchi, în special bicepşii, arătau ca nişte şoareci care alergau pe sub pielea unei persoane.*

*Se poate verifica, dacă nu cumva între piele şi mușchi s-au strecurat plăpumi moi de lipide. Mai târziu, au preluat şi englezii cuvântul, dar romanii nu au fost singurii care au asociat mușchii cu şoarecii.*

*Prefixul „myo-" este folosit pentru a se referi la mușchi în terminologia medicală de astăzi (miocit = celulă musculară); „myo" provine din cuvântul grecesc „mŷs" care se traduce atât prin „mușchi", cât şi prin „şoarece".*

*Mușchii însă nu sunt singura parte a corpului cu etimologia legată de animale. Un om de ştiinţă care studia creierul a decis să numească o anumită regiune „hipocamp" (aflată sub cortexul cerebral în partea mediană a lobului temporal). Această secţiune mică, care joacă un rol important în trecerea informaţiei din memoria de scurtă durată în memoria de lungă durată, uşor curbată, i-a amintit omului de ştiinţă de un căluţ de mare, folosind cuvântul grecesc „hippokampus", care este o creatură de mit cu corp de cal şi coadă de peşte.*

*Cohleea este o altă caracteristică anatomică numită pentru un animal. Cine s-a uitat vreodată la imaginea urechii interne ştie că această structură seamănă cu o cochilie mică de melc. Prin urmare, nu este surprinzător că numele său („cohlee") derivă din cuvântul grecesc „kochlos" (melc).* (A.N.P.)

# Despre plictiseală

*Să vorbim corect!*

Dată fiind puternica influenţă a limbii engleze asupra multora dintre vorbitorii de limbă română nu ne mirăm că din ce în ce mai multe cuvinte dau din coate pentru a uzurpa un loc despre care cred că li se cuvine.

Înţelegem folosirea acestora în vorbirea tehnică, în care e greu, aproape imposibil să poată fi înlocuite dar ne întrebăm ce caută în alte domenii în care existau de ani şi ani alţi termeni.

Unul dintre acestea este „boring", preferat mai ales de tânăra generaţie. Nimeni nu mai este plictisit, nimic nu mai este anost, plictisitor şi boring. Ce e trist este că l-am auzit folosit la televizor şi în emisiuni educative.

Sperăm că, la un moment dat cei care îl folosesc se vor plictisi de el. Vorba aceea: speranţa moare ultima! *(I.S.)*

# „Coliba" misterioasă

***Explorarea Lunii în cadrul misiunii Chang'e-4, începută în 2019 de către roverul Yutu-2, a condus la o descoperire care i-a animat pe oamenii de ştiinţă din echipa chineză.***

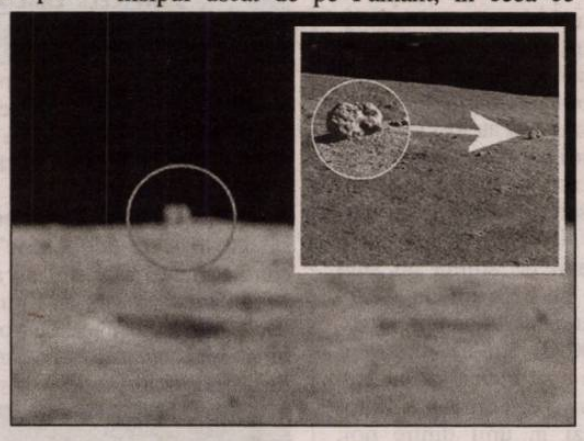
Vehiculul dus pe partea îndepărtată şi nevăzută (de pe Pământ) a Lunii a depistat în luna noiembrie 2021 un obiect misterios la orizont, în formă de cub. Acesta a fost denumit de către publicaţia chineză Our Space, care ţine „jurnalul" de călătorie a roverului, „colibă misterioasă", o denumire care nu reprezintă o descriere exactă.

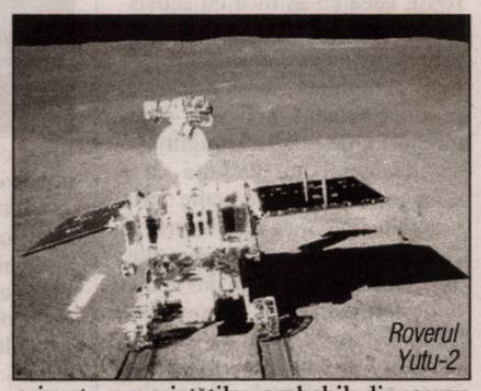
Cercetătorii celei de-a patra misiuni lunare a Chinei au avansat o ipoteză cu privire la obiectul misterios presupunând că ar putea fi un bolovan ciudat rezultat în urma unui impact cu un corp ceresc.

Aterizat pe etajul estic al craterului Von Kármán, lângă polul sudic al Lunii. Yutu-2 s-a apropiat mai mult de obiectul misterios în următoarea misiune de explorare care a durat aproximativ 2 luni. Călătorind peste 1.000 de metri pe regalitul (solul corpurilor cereşti) lunar, roverul a avut de înfruntat rocile şi craterele din zonă, într-un număr mult mai mare decât ceea ce a fost observat pe partea apropiată a Lunii.

Ajuns suficient de aproape pentru a vedea, roverul a identificat „coliba" – o stâncă al cărei aspect geometric cu linii ascuţite a fost o iluzie optică provocată de lumină şi umbră.

Una dintre descoperirile făcute de roverul Yutu-2 este că solul lunar seamănă cu nisipul uscat de pe Pământ, în ceea ce




Roverul Yutu-2

priveşte proprietăţile, probabil din cauza faptului că pe Lună este o perioadă mai mare de intemperii spaţiale.

Surprinzător, a identificat roci din mantaua lunară împinse spre suprafaţă în momentul impactului Lunii cu un asteroid, cu miliarde de ani în urmă.

Descoperirile roverului Yutu-2 vor ajuta la proiectarea viitoarelor misiuni în regiunea polară (din sud), de pe partea îndepărtată a Lunii.

Solul de pe partea întunecată, mai tare decât cel de pe partea vizibilă, ar putea susţine roboţi la scară mai mare, notează cercetătorii, în timp ce suprafaţa craterelor ar putea necesita roboţi hibrizi, cu picioare tip roată sau roveruri cuplate pentru explorarea viitoare, datorită prezenţei unei substanţe asemănătoare unui „gel" care a împiedicat accesul în cadrul actualei misiuni.

**NICUŞOR DINCĂ**

Săptămânalul „Magazin" este editat de

**CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.**

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

**CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:**
*ECATERINA BĂTRÂNEANU*
*Preşedintă*
*GEORGE CUŞNARENCU*
*Administrator*
*NICUŞOR DINCĂ – Administrator*

ISSN 0258-1523

**REDACŢIA:** Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

**PUBLICITATE:** Tel.: 0722.625.622
**DIFUZARE:** Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

**FINANCIAR-CONTABIL:**
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

**COLEGIUL DE REDACŢIE:**
ECATERINA BĂTRÂNEANU
*Preşedintă a Consiliului de Administraţie*
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

**TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:**
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

*Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.*

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

# Tractor controlat cu smartphone-ul

***Gigantul industriei de echipamente agricole, compania John Deere, a prezentat recent primul tractor autonom, care poate fi controlat de fermieri cu ajutorul unui simplu smartphone și este capabil să funcționeze 24 de ore din 24.***

Compania a testat produsul încă din 2019, oferindu-l mai multor fermieri americani, și a corectat pe parcurs defectele de fabricație. Tractorul este dotat cu șase perechi de camere video și este dirijat de inteligența artificială (IA), ceea ce îi permite să se oprească de îndată ce în raza lui de acțiune apare un animal sau un obiect.

Prețul sistemului autonom nu a fost dat încă publicității, dar specialiștii apreciază că ar fi de 50.000 de dolari când va deveni disponibil pentru fermierii din întreaga lume. Fermierul care dirijează atelajul îl poate programa, printr-o aplicație de pe mobil, pentru a urma un anumit traseu, pe baza coordonatelor și direcțiilor introduse.

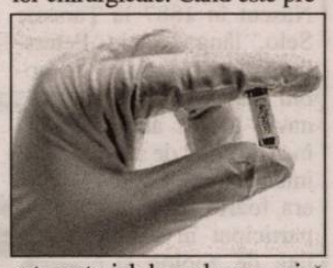
Sistemul vizual este dotat cu GPS, care monitorizează la centimetru mișcarea tractorului pe terenul arabil. „Populația globală va crește de la 8 miliarde la circa 10 miliarde până în 2050, ridicând necesarul de hrană al omenirii cu 50%. Într-o asemenea situație și în condițiile scăderii numărului de angajați din agricultură, mai ales pe fondul pandemiei din ultimii doi ani, introducerea de tractoare autonome, capabile să înlocuiască munca multor lucrători umani, ar putea fi o soluție pe termen lung", spune Jahmi Hindman, responsabilul cu tehnologia companiei John Deere.

Deocamdată, tractorul autonom este dotat doar cu un plug, dar reprezentanții companiei spun că începând de anul viitor va fi înzestrat și cu alte unelte agricole, pentru a putea realiza o gamă mai largă de operațiuni.

# Implant pentru suferinzii de artrită

Milioane de bolnavi de artrită ar putea să-și dedobândească flexibilitatea articulațiilor grație unui minuscul implant care generează curent electric și este astfel capabil să determine creșterea cartilajelor afectate.

Folosind piezoelectricitatea, bioinginerii din Connecticut, SUA, au dezvoltat o plasă metalică de mici dimensiuni, groasă de mai puțin de jumătate de milimetru, care produce mici descărcări electrice când asupra sa se exercită presiune – adică practic la orice mișcare a articulațiilor. Această „meșă" este realizată din nanofibre de acid polilactic L (PLLA), un polimer biodegradabil folosit adesea la închiderea tăieturilor chirurgicale. Când este pre-



sat, materialul produce o mică descărcare electrică, având proprietăți piezoelectrice.

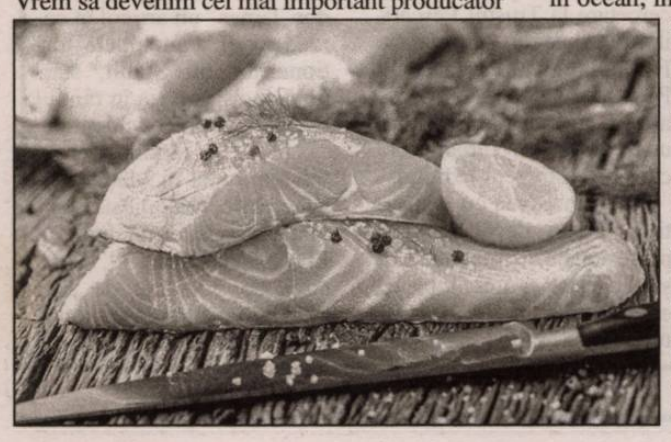
La bolnavii de artrită cu asemenea implanturi, mișcările reglate ale articulațiilor vor face implantul să genereze un câmp electric care va încuraja celulele să îl colonizeze, dezvoltându-se într-un nou cartilaj. Se știe că artrita este astăzi una dintre cele mai comune și mai dureroase afecțiuni, provocate de deteriorarea articulațiilor.

Pe măsură ce cartilajul se macină, oasele încep să se frece între ele, iar activități banale, ca mersul pe jos, se transformă într-o adevărată agonie – de aceea creșterea unui nou cartilaj, prin efectele curentului electric, ar putea contribui la eliminarea acestor efecte neplăcute. Experimentele făcute pe iepuri au dovedit o eficiență extraordinară a metodei, ceea ce ar putea deschide calea către atenuarea efectelor artritei și la om.

# File de somon din legume și alge

O companie israeliană numită Plantish care-și propune salvarea speciilor oceanice și-a prezentat cea mai recentă creație: un file de somon fără carne de somon, dar care imită perfect aspectul, textura, gustul și structura originalului.

„Există pentru a salva oceanele și a elimina necesitatea consumului de animale marine, asigurând alternative mai sustenabile, mai nutritive și mai delicioase la carnea de pește. Vrem să devenim cel mai important producător de preparate oceanice, fără să rănim un singur pește", spune Ofek Ron, co-fondator și director general al startup-ului israelian.



Preparatul vegetarian este realizat dintr-un amestec de proteine din legume, ulei de alge și alte produse vegetale, care oferă o gamă largă de uleiuri Omega-3 și Omega-6, vitamine din complexul B și proteine vegetale, fără să fie însoțit și de mercur, hormoni și microplastic, așa cum se întâmplă la peștii pescuiți în ocean, inclusiv cu somonii (deși, avertizează specialiștii, sardinele sunt cele mai afectate de poluare, la fiecare pește din această specie cantitatea de microplastic ingerată totalizând 30 mg – cât un bob de orez!).

Componentele sunt plasate într-un dispozitiv de imprimare 3D și în câteva minute din mașină apare un file care are inclusiv nervurile specifice cărnii de somon, aceeași culoare și același miros. Produsul va putea fi servit la restaurante încă din acest an, urmând ca el să apară în supermarketuri în 2024.

# Kunga – primii cai de luptă

*Deși nu aveau la dispoziție procedurile și metodele moderne de genetică și bioinginerie, populațiile străvechi din Mesopotamia au reușit să creeze o rasă hibridă de cabaline, încrucișând măgarii domestici cu asinii sălbatici, de-a lungul a sute de ani.*

*Cercetătorii de la Institutul Jacques Monod din Paris, Franța, au ajuns la această concluzie studiind genomurile scheletelor de cabaline descoperite într-un sit funerar de acum 4.500 de ani, de la Umm el-Marra, în nordul Siriei. Rezultatele sugerează că scheletele au aparținut unor animale domestice hibride, numite, pe tăblițele sumeriene de lut scrise cu sistemul de cuneiforme, „kunga" – o încrucișare între femele de măgar și masculi de asin sălbatic sirian.*

*Dar oamenii acelor timpuri nu călăreau acești hibrizi, ci le exploatau forța deosebită folosindu-i ca animale de povară sau pentru a trage carele de luptă, în bătălii. Mărimea și viteza kunga făceau din aceste creaturi hibride o opțiune mai bună decât măgarii pentru tracțiunea carelor de luptă cu patru roți – cu 500 de ani înainte de aducerea în regiune a cailor domesticiți.*

# Băuturi halucinogene în imperiul preincaș

Analizând vasele de lut care au aparținut civilizației sud-americane Wari, arheologii de la Colegiul Dickinson, Carlisle, SUA și Muzeul Regal Ontario, Canada, au ajuns la concluzia că acestea conțineau cândva, pe lângă berea tradițională, și semințe ale arborelui vilca, folosite mii de ani ca halucinogene în regiune.

Wari a fost un puternic imperiu preincaș din perioada 600-1000 d.Hr., care a atins apogeul acum o mie de ani, dominând o mare parte a coastei pacifice a Americii de Sud și având nucleul în actualul stat Peru, la Huari.

Se pare că în timpul festivalurilor religioase, suveranii acestui imperiu foloseau băutura fermentată chicha, făcută din fructele arborelui molle, în amestec cu semințe cu proprietăți halucinogene.

Licoarea rezultată accentua efectele psihoactive ale ambelor componente, provocând o stare de beție, dar și de transă. Era, susțin oamenii de știință, o modalitate prin care suveranii își cimentau legăturile cu supușii, spre a-i controla mai ușor – spre deosebire de toate celelalte imperii sud-americane, nu se cunosc răscoale sau revolte populare care să fi afectat statul Wari.

„Acest tip de halucinogene se întâlnea și la alte civilizații sud-americane, dar consumul lui era restrâns la elitele respectivelor civilizații. În schimb, se pare că în imperiul Wari băuturile halucinogene erau consumate în masă, iar liderii imperiului le împărțeau cu supușii lor, pentru a întări legăturile dintre ei și a-i putea controla mai ușor", explică unul dintre autorii descoperirii, Matthew Biwer de la Colegiul Dickinson.

*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**

# Cele mai bizare băuturi ale Antichităţii

***Deşi mulţi oameni au impresia că anticii erau „primitivi" în materie de băuturi alcoolice, ştiind să realizeze doar vin şi bere, descoperirile arheologice contrazic această opinie: strămoşii noştri cunoşteau şi produceau o mulţime de alte licori bahice, dintre care puţine mai sunt astăzi cunoscute.***

## Pulque

Probabil cea mai veche băutură mexicană, pulque este strămoşul mult mai modernei tequila, fiind făcută însă nu prin distilarea, ci prin fermentarea sevei de agavă. Potrivit legendelor locale, această băutură slab alcoolizată, de culoarea laptelui, ar fi fost inventată de zei şi dăruită oamenilor. Ea era produsă încă de acum 4.000 de ani, fiind folosită în ritualuri religioase, pentru a-i ajuta pe preoţi să intre mai uşor în transă.

## Conditum

Este vorba de un vin roman îndulcit cu miere şi fiert la foc domol. El a rămas o băutură populară şi în

primele secole ale epocii bizantine. Singura reţetă antică păstrată provine din manualul de gastronomie al lui Apicius – era o variantă recomandată călătorilor, ca stimulent, şi conţinea şi boabe de piper.

## Vinul falernian

Provenit din provincia Campania, vinul falernian era unul dintre cele mai apreciate băuturi din epoca romană. Pliniu cel Bătrân pretinde că acest vin era bun de băut numai după ce era ţinut la învechit, în butoaie de stejar, cel puţin 15 ani. Cu un conţinut de alcool extrem de ridicat, el era, ne asigură acelaşi Plinius, singurul vin care se aprindea dacă venea în contact cu flăcările.

## Shedeh

Această licoare egipteană apare într-un singur text antic incomplet, pe un papirus, şi de aceea istoricii nu pot spune ce conţinea,

de fapt. Unii afirmă că era făcută din struguri, ca vinul clasic, alţii că era fermentată din rodie, filtrată şi încălzită. Cert este că licoarea era foarte apreciată – în mormântul lui Tutankhamon s-a găsit o amforă care conţinea acest tip de lichior.

## Soma

Soma apare în Rigveda – o serie de texte religioase din India antică. De fapt, Soma era numele unui zeu şi totodată al unei plante din care se producea o băutură alcoolică având efect halucinogen.

Zeul Soma era considerat de vechii indieni vindecător divin, figura lui fiind legată de Lună şi de fertilitate. Băutură era produsă din seva stoarsă din tulpina plantei, combinată cu lapte şi apă. Ea era consumată la festivaluri religioase, oferind credincioşilor hinduşi viziuni extatice.

## Kykeon

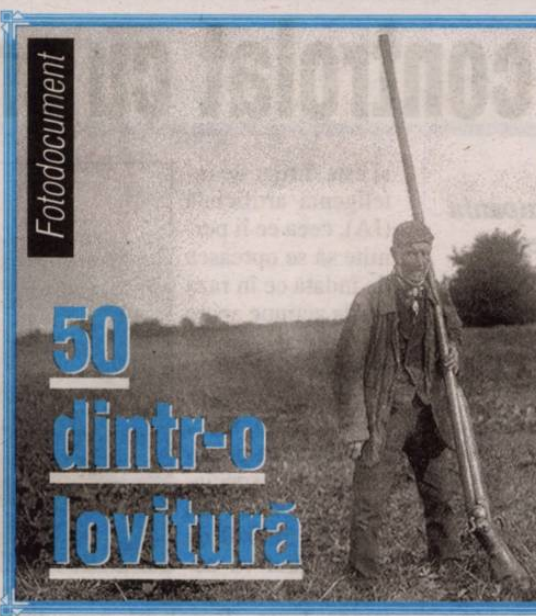
O băutură psihedelică din Grecia antică, aceasta era asociată cu „misteriile", rituri stranii şi iniţiatice dedicate de obicei zeiţei hol-

delor, Demetra. Nu se cunoaşte compoziţia certă a kykeon, dar se pare că băutura conţinea un amestec de vin, brânză fermentată şi grâu mucegăit – se pare că mucegaiul provoca efectele psihedelice.

## Posca

Poate cea mai neobişnuită băutură alcoolică romană, posca era de fapt un vin acrit sau pe cale să se transforme în oţet, la care se adăugau anumite ierburi, pentru a-i oferi un gust mai plăcut. Băutura era foarte apreciată de soldaţi, având efecte energizante şi se pare că unii generali romani preferau să o bea, în detrimentul vinului clasic, spre a atrage simpatia soldaţilor lor.

Fotodocument



## 50 dintr-o lovitură

*Una dintre primele fotografii realizate în Statele Unite îl prezintă pe un vânător înarmat cu aşa-numita „puşcă punt", o armă de foc de mari dimensiuni (lungimea de aproape 3 m!), folosită pentru împuşcarea raţelor. Folosind alice, puşca putea ucide peste 50 de păsări dintr-o singură împuşcătură. Din cauza ravagiilor produse efectivelor de raţe sălbatice, arma a fost interzisă în SUA încă din anii 1860.*

# Omul care a evadat din Gulag

Lagărele de muncă din fosta Uniune Sovietică – numite generic Gulag – au constituit unele dintre cele mai cumplite invenţii ale geniului rău uman. Aflate în special în Siberia sau în regiuni izolate ale URSS, acestea făceau practic imposibilă orice evadare. Totuşi, de-a lungul deceniilor de tiranie stalinistă, au existat temerari care au reuşit să fugă din Gulag.

Poate unul dintre cei mai cunoscuţi a fost savantul rus Vladimir Cernavin. Născut în 1887 la Ţarskoe Selo, lângă Sankt Petersburg, într-o familie de nobili scăpătaţi, Cernavin a fost atras încă de copil de ştiinţele naturii. Când era foarte tânăr, a participat în calitate de zoolog şi ihtiolog la expediţia din Altai a exploratorului Vasili Sapojnikov.

Din 1912 a studiat la Universitatea Sankt Petersburg (ulterior Petrograd), dar a fost nevoit să-şi întrerupă studiile, fiind recrutat şi trimis pe front. Grav rănit, a fost lăsat la vatră în 1915 şi şi-a reluat facultatea, absolvind-o înainte de terminarea războiului.

Pentru a câştiga pâinea zilnică pentru el şi familia lui (avea deja o soţie şi un copil), s-a angajat ca lector la Institutul Agronomic din Petrograd, iar din 1923 a devenit profesor de ihtiologie la acelaşi institut şi unul dintre cei mai reputaţi specialişti sovietici în viaţa peştilor. În 1926 a fost numit director de producţie şi cercetare la Trustul Pescăriilor Nordice din Murmansk. Familia lui a rămas la Sankt Petersburg (oraş care fusese numit atunci Leningrad), unde soţia lui, Tatiana, era curator la muzeul Ermitaj.

Deşi nu avea cu respectivii colegi decât legături profesionale, Cernavin a fost şi el arestat şi ameninţat cu execuţia dacă refuza să mărturisească participarea la acţiuni de sabotaj. Pentru a mări presiunea asupra lui, cei de la GPU (Directoratul Politic al Statului, precursorul KGB) i-au arestat şi soţia, în ianuarie 1931.

Dar savantul a refuzat să mărturisească vreo vină inventată de torţionarii lui, ştiind că recunoaşterea ar însemna pentru el moartea. Pe 25 aprilie 1931, a fost condamnat totuşi la 5 ani de muncă forţată în taberele Gulagului. După ce iniţial a fost distribuit la căratul de buşteni, ulterior a lucrat ca ihtiolog la un lagăr din districtul Kem, în Carelia, unde exista o mare pescărie.

Aflând că soţia sa a fost eliberată, a început să pună la cale un îndrăzneţ plan, pentru o evadare în trei. În calitatea lui de specialist, deja începuse să se bucure de un regim mai relaxat, putând chiar să se deplaseze singur în imensitatea teritoriilor arctice, pentru găsirea de noi puncte de pescuit.

În august 1932, profitând de faptul că soţiei şi fiului lui li se permiseseră să-l viziteze, Cernavin a declanşat planul de evadare. Cei trei au străbătut timp de 22 de zile o regiune sălbatică şi ostilă, mergând tot timpul spre vest. Au îndurat greutăţi cumplite, cauzate de vremea rea şi de lipsa proviziilor, dar într-un final au reuşit să ajungă în Finlanda.

În perioada petrecută într-un spital finlandez, după spectaculoasa evadare, Vladimir Cernavin a scris pentru ziarul englez „London Times" un articol în care dezvăluia metodele torţionarilor lui Stalin, stârnind şoc şi groază în rândul opiniei publice occidentale.

În 1934, familia Cernavin s-a mutat în Marea Britanie, unde Vladimir şi-a continuat activitatea de ihtiolog. El s-a sinucis în 1949, la o zi după ce prietenul de care avea grijă se stinsese, răpus de o boală incurabilă.

*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

*3 februarie 1924*

# A murit preşedintele american Woodrow Wilson

Născut pe 28 decembrie 1856 la Staunton, Virginia, viitorul preşedinte al Americii a absolvit Facultatea de Drept a Universităţii Johns Hopkins şi apoi a obţinut un doctorat în drept la aceeaşi facultate.

Între 1890 şi 1902 a predat ştiinţele politice la Universitatea Princeton şi apoi, până în 1910, în calitate de preşedinte al acestei prestigioase instituţii, a introdus numeroase reforme. Cu sprijinul facţiunii progresiste a Partidului Democrat, a fost propus pentru funcţia de guvernator al statului New Jersey.

Măsurile sale reformiste au atras atenţia întregii Americi, astfel încât Wilson a devenit candidatul democrat la funcţia supremă în stat, în 1912. Deşi a avut de înfruntat doi politicieni redutabili, pe Theodore Roosevelt (care fusese deja preşedinte) şi pe William Taft (care va deveni preşedinte peste mai bine de un deceniu), Wilson s-a impus şi a devenit cel de-al douăzeci şi optulea preşedinte al Statelor Unite, pentru două mandate.

În această calitate, a scăzut tarifele vamale, a creat Sistemul Rezervei Federale, a înfiinţat Comisia Federală de Comerţ şi a întărit puterea sindicatelor. Pe plan extern, a promovat autonomia Filipinelor şi a căutat să pună capăt Războiului civil mexican. Iniţial, la izbucnirea Primului Război Mondial, Wilson a menţinut America neutră, încercând chiar să negocieze o pace între combatanţi.

El a câştigat al doilea mandat promiţând americanilor că nu-i va implica în război, dar atacurile germane asupra navelor comerciale americane l-au determinat să declare război Puterilor Centrale, în 1917. Wilson a condus delegaţia SUA la Conferinţa de pace de la Paris, din 1919.

Tratatul de la Versailles a fost însă respins de Congresul american, dominat de republicani, iar pentru a-i convinge pe compatrioţii săi că tratatul trebuie totuşi acceptat, Wilson a pornit un turneu prin ţară.

În septembrie 1919 a revenit la Washington, DC, unde a suferit un atac cerebral masiv, care-l va lăsa parţial paralizat. A continuat totuşi să conducă America până în 1921, fiind apreciat ca unul dintre cei mai buni preşedinţi şi totodată ca un mare iubitor al păcii – a fost răsplătit, de altfel, în 1919, cu Premiul Nobel pentru Pace.

## E bine de ştiut

Un deziderat bine întemeiat al multora este acela de a-şi întări imunitatea. Pentru că în faţa virusilor sau bacteriilor de tot felul, prima linie de apărare a noastră o reprezintă imunitatea.

Sistemul imunitar este creat astfel încât să poată recunoaşte corpii străini care pătrund în organism, să-i izoleze şi să-i nimicească dacă se dovedesc periculoşi. Între imunitate şi stilul de viaţă este o interdependenţă clară. Pentru întărirea ei, hidrataţi-vă, odihniţi-vă, adoptaţi o dietă echilibrată.

Nu ocoliţi fructele, ci includeţi-le în meniul zilnic. (Nu neglijaţi sănătatea tubului digestiv, extrem de importantă pentru imunitate).

# Stilul de viaţă şi imunitatea

Şi tot pentru întărirea sistemului imunitar includeţi în alimentaţie ghimbirul, carnea, peştele, legumele, alături de mentă, eucalipt, usturoi, lămâie, miere, scorţişoară.

E bine de ştiut că la starea de bine a organismului şi la fortificarea sa contribuie şi programul de somn de şapte ore pe noapte, exerciţiile fizice, efectuate de 3-4 ori pe săptămână, de preferat în aer liber, cât şi diminuarea nivelului de stres,

Mai trebuie spus că există un raport invers proporţional între imunitate şi vârstă. Cu cât vârsta creşte, imunitatea scade. Studiile arată că la vârste mai înaintate scade numărul celulelor T, probabil pentru că timusul se atrofiază odată cu trecerea anilor. Celulele T luptă contra infecţiilor, iar atunci când numărul lor se diminuează nu mai fac faţă „agresorilor".

**Dr. ANDY ANDREI**

# Tendinţe

Mantoul star al anilor '90 e la mare preţ în 2022. „Varsity jacket", cu croială sportivă, uşor masculină şi cu farmec retro revine ca ultimă noutate a modei sezonului. Lă fel de moderne sunt canadienele scurte sau lungi – matlasate.

Un accesoriu în vogă îl reprezintă eşarfele. Cele purtate peste mantou, groase, protejează gâtul de intemperii, dar şi înviorează ţinuta prin coloritul lor.

Celelalte, fine, din mătase, sunt considerate ideale pentru a upgrada orice ţinută. Se pot purta tradiţional, la gât, dar şi... înodate pe încheietura mâinii, la jeanşi în loc de curea, accesorizând poşeta şi orice altă variantă imaginată de propria inspiraţie.

Mai trebuie spus că vi se sugerează să încercaţi mai multe tipuri de noduri: asimetric, nod de cravată, dar şi rularea eşarfei în jurul gâtului, apoi fiecare extremitate se trece pe sub umeri pentru a crea un fel de guler rulat.

Pentru dumneavoastră, doamnă

# Slăbiţi... mâncând mai mult

***Restricţia calorică este încă, din păcate, la baza celor mai multe metode de slăbire. Cu toate acestea, dovezile arată că majoritatea celor care pierd kilograme tăind zdravăn din calorii le recâştigă în câteva luni, arată dr. nutriţionist Cristian Panaite.***

Înfometarea nu funcţionează pe termen lung. Mai important este să găsim alimente ce pot fi uşor încorporate în dietă şi care conduc spontan la atingerea şi menţinerea unei greutăţi sănătoase. Leguminoasele sunt, în acest sens, un loz câştigător.

Leguminoasele, s-a demonstrat a fi alimente ce previn sindromul metabolic şi scad greutatea.

Multe studii au arătat că cei care consumă mai multe leguminoase (fasole, linte, năut, mazăre) prezintă doar o fracţiune a riscului de prediabet cunoscut sub numele de sindrom metabolic (specific persoanelor obeze).

În cadrul cercetării, cei care au consumat trei sau mai multe porţii de fasole săptămânal aveau doar un sfert „şanse" să facă prediabet în comparaţie cu cei care servesc doar o porţie pe săptămână sau mai rar. Mai mult, acest consum regulat de leguminoase este asociat cu greutate corporală mai mică, o talie mai subţire şi obezitate mai scăzută.

Studiul sugerează că leguminoasele din dietă pot fi pur şi simplu un indicator al unui stil de viaţă sănătos! Adică orice persoană destul de inteligentă ca să mănânce leguminoase poate fi destul de inteligentă să aleagă tot felul de alte alimente sănătoase.

Studiul care a comparat fasolea inclusă în dietă cu restricţia calorică este o premieră în lumea ştiinţei. Grupul cu leguminoasele a consumat cinci căni (150 g/cană) de linte, năut, mazăre sau fasole într-o săptămână, fără nicio altă schimbare în dietă, timp de 8 săptămâni. Aşadar, li s-a cerut să mănânce mai mult, iar grupului cu restricţia calorică să consume cu 500 de calorii mai puţin în fiecare zi! A câştigat grupul cu leguminoasele.

Leguminoasele în dietă s-au dovedit la fel de eficiente ca restricţia calorică în reducerea factorilor de risc de prediabet, chiar mai eficiente în pierderea în greutate şi controlul glicemiei.

Aşadar, cinci porţii a câte 150 g de leguminoase pe săptămână vă ţin departe de prediabet (sindrom metabolic), scad glicemia şi vă ajută să slăbiţi, fiind mai eficiente, mai tentante şi mai sănătoase decât restricţia calorică.

Faceţi o schimbare în alimentaţie. Mâncaţi o supă cremă de mazăre la prânz, fără smântână. Ca să preveniţi bolile şi să slăbiţi în acelaşi timp.

Dosarele frumuseţii

# Remedii

Mai mult de 35 la sută dintre femei se plâng de senzaţia permanentă de picioare obosite şi „grele". Supărătoarele simptome trădează de cele mai multe ori o insuficienţă venoasă. Principalii „vinovaţi", spun specialiştii, sunt hormonii. Dar, mai sunt şi alţi factori implicaţi: statul prelungit pe scaun, vârsta, excesul ponderal, consumul de alcool, fumatul.

Picioarele sunt umflate (gleznele îşi pot dubla circumferinţa), apar dureri, pulsaţii pe un traiect venos şi chiar contracturi, mai ales pe timpul nopţii. Ce este de făcut? Ce remedii vă scapă de simptomele neplăcute şi redau picioarelor binemeritata frumuseţe?

- Când vă odihniţi, priviţi la televizor sau citiţi, menţineţi picioarele cu aproximativ 20 cm mai ridicate faţă de restul corpului, sprijinite de o pernă.
- Evitaţi duşurile fierbinţi, sauna sau epilarea cu ceară fierbinte.
- Un masaj blând al gambelor şi câteva minute de mişcări de pedalare în aer, seara înainte de culcare, diminuează edemele.
- Poziţia picior peste picior nu este recomandabilă. La fel, încălţămintea cu tocuri prea înalte, purtată zi de zi, nu este o soluţie bună.
- Nutriţioniştii consideră că retenţia de apă e mai întâlnită la persoanele care consumă prea multe preparate rafinate şi grăsimi saturate şi prea puţine alimente proaspete, fructe şi legume. Includeţi în dietă alimente bogate în vitaminele A, E şi P: nuci, migdale, peşte, afine, zmeură, morcovi, varză, sfeclă roşie.
- Ceaiul de viţă-de-vie este unul dintre cele mai bune remedii împotriva picioarelor umflate. Se recomandă să beţi un astfel de ceai. La fel de utile sunt şi băile de picioare cu apă în care aţi adăugat infuzie concentrată de viţă-de-vie.

# Gastronomice

## Rulouri cu şuncă

***300 g şuncă de Praga, 6 cartofi fierţi, 3 morcovi, 100 g mazăre fiartă, 9 linguri sos alb, mărar verde.***

*Cartofii şi morcovii se taie în cuburi, se amestecă bine cu mazărea, sosul alb şi morcov după gust. Cu această compoziţie se umplu feliile de şuncă apoi se rulează.*

## Conopidă gratinată

***1 kg conopidă, 200 g kaizer, 50 g caşcaval ras, 200 g smântână, sare, piper.***

*Conopida se desface buchetele mici, se pune la fiert în apă cu sare şi se lasă 10 minute. Într-un vas se pune conopida bine scursă de apă împreună cu felii de kaizer . Se toarnă smântâna, se presară caşcaval, piper şi se lasă la cuptor pentru 30 de minute.*

## Vinete cu măsline

***2 vinete, 15 măsline, 1 pahar ulei, 2-3 cepe mari, 2 roşii, o legătură pătrunjel, o legătură mărar, o lingură rasă făină, suc de roşii.***

*Vinetele spălate, curăţate de coajă, se taie felii şi se prăjesc în ulei fierbinte. Măslinele se spală şi se dau în clocot. Într-o cratiţă se pun un rând de vinete, un rând de roşii tăiate felii, se adaugă măsline, făina dizolvată în puţină apă rece, verdeaţa tocată mărunt. Se repetă rândurile, până se termină vinetele. Peste ele se toarnă suc de roşii. Se dă cratiţa la cuptor.*

## Şarlotă cu nuci

***250 g biscuiţi, 170 g unt, 170 g zahăr, 100 g nuci curăţate.***

*Cremă:* ***1 pahar lapte, 2 gălbenuşuri, 3 linguri de zahăr, o linguriţă plină cu nescafe.***

*Garnitură:* ***200 g frişcă.***

*Se taie fin nucile. Se freacă untul spumă şi se amestecă bine cu zahărul şi nucile tăiate. Se prepară crema amestecând gălbenuşurile cu zahărul, apoi se adaugă laptele cald, turnând puţin câte puţin, fără a înceta frecarea. Se pune la foc moale pentru a se îngroşa puţin, evitând fierberea şi amestecând continuu. Se ia de pe foc şi se adaugă nescafe-ul. Când s-a răcorit, se amestecă cu preparatul de nuci. Se îmbracă o formă cu hârtie, se tapetează cu biscuiţi şi, în mijloc, se toarnă crema de mai sus. Se acoperă cu un strat de biscuiţi şi se dă la rece. Se răstoarnă şi se garniseşte cu frişcă în momentul servirii.*

Pagina realizată de
**ECATERINA BĂTRÂNEANU**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

# Obiecte submersibile neidentificate şi submarine ruseşti

***Cunoscuţii ufologi Paul Stonehill şi Philip Mantle au publicat pe 17 august 2021 un articol intitulat „Submarine ruseşti şi obiecte submersibile neidentificate" cu un mare numări de cazuri, în bună parte recent desecretizate, din care evoc mai jos o parte.***

În urmă cu câţiva ani, V.V. Krapiva, cercetător şi scriitor cu domiciliul în Odesa, a participat la numeroase prelegeri susţinute de ofiţerii veterani ai submarinelor sovietice cu energie nucleară. Ei au relatat episoade în care operatorii de sonar sovietici (tehnicieni hidroacustici militari) „au auzit ţinte «ciudate» prezente la adâncimi mari. Submarinele marinei sovietice erau de fapt urmărite de alte „submarine". Urmăritorii îşi modificau viteza după bunul plac, la viteze mult mai mari decât ar putea avea orice navă similară din lume în acel moment. Locotenent-comandorul Oleg Sokolov i-a informat în mod confidenţial pe studenţi că, la începutul anilor 1960, în timp ce era de serviciu în submarin, a observat printr-un periscop ridicarea unui obiect ciudat din apă şi decolând.

În 1965, un submarin urma să aibă o întâlnire cu o navă în Oceanul Atlantic. Au ajuns la locul de întâlnire cu o oră şi jumătate înainte de ora programată, iar căpitanul a dus echipajul pe puntea exterioară. Nu erau nave în zonă şi cerul era înstelat şi fără nori. Un membru al echipajului a observat un obiect în formă de trabuc care se mişca tăcut pe cer. Deşi submarinul se afla în apele internaţionale, sovieticii au vrut, pe moment, să se scufunde. Dar radarul lor de la bord nu înregistrase nimic, iar căpitanul a decis să rămână deasupra apei. Dintr-o dată, trei raze au ieşit din OZN şi martorii au observat că OZN-ul nu avea nacele şi nici o cârmă orizontală sau verticală. Obiectul avea o lungime de aproximativ 200-250 de metri, mult mai mare decât dirijabilele cunoscute. Apoi OZN-ul a coborât încet la suprafaţa oceanului, cu luminile de căutare încă aprinse, la aproximativ o jumătate de kilometru de submarin şi a plonjat sub apă. Sonarul submarinului înregistrase un sunet ciudat şi foarte intens în timp ce OZN se scufunda, dar sunetul a durat foarte puţin.

## Observaţii ciudate

Un cunoscut cercetător şi autor sovietic, A.S. Kuzovkin, fusese interesat în cercetarea OZN-urilor, de când a observat un astfel de obiect în 1964. El era fizician şi a scris despre fenomene anormale pentru revista populară Vokrug Sveta. Kuzovkin a menţionat în scrierile sale că, în timpul unei vizite la Sevastopol, un oraş port din Crimeea, a întâlnit oameni de ştiinţă marini locali care coborâseră în adâncurile Mării Negre în batiscafuri. Au observat, printre altele, sub apă, un obiect care arăta ca o roată, mare cât o clădire cu zece etaje, stând vertical, iar apoi culcându-se orizontal.

Un alt cunoscut cercetător şi autor paranormal rus, Aleksandr Petuhov, a menţionat un incident din 1951. A avut loc în apele teritoriale ale URSS. Un submarin sovietic a întâlnit un obiect ciudat subacvatic de dimensiuni gigantice, care nu a reacţionat la apelul submarinului pentru a se identifica şi a continuat să se deplaseze, fără grabă, spre ţărmul sovietic. Căpitanul submarinului a ordonat aruncarea de bombe de adâncime, dar obiectul neidentificat nu a reacţionat la atac şi şi-a continuat cursul, cu aceeaşi viteză. După ceva timp, a urcat brusc spre suprafaţa mării. La o adâncime de 50 de metri, şi-a oprit ascensiunea, şi-a schimbat cursul şi a plecat.

În iulie 1978, un OZN a fost văzut în Marea Mediterană. Căpitanul navei sovietice largora a trimis imediat o radiogramă Academiei Sovietice de Ştiinţe, dar n-a primit răspuns. Obiectul, care se deplasa de la est la vest, avea forma unei sfere turtite, de culoarea perlei albe. În partea de jos a OZN-ului existau trei părţi proeminente, care arătau ca nişte antene.

La 26 decembrie 2002, ziarul rus Jizn a publicat un articol despre observaţiile sovietice de OZN-uri. Preşedintele Comisiei pentru fenomene anormale a Societăţii Geografice Ruse din Sankt Petersburg, Evghenii Litvinov, făcuse o prezentare la şedinţa lunară a societăţii. El şi-a amintit că, în iarna 1979-80, mai multe incidente au zguduit Flota de

Nord, forţând Statul Major sovietic să ia în serios OZN-urile. Timp de şase luni, o bază submarină sovietică, la vest de Dvina, a fost vizitată, în fiecare săptămână, de aeronave neidentificate. Aveau forma unor discuri şi pluteau deasupra locurilor de pregătire a armamentelor (mine, torpile şi arme nucleare). OZN-urile au zburat şi peste un oraş militar sovietic secret. În timp ce personalul militar de la sol observa „farfuriile zburătoare", radarele antiaeriene nu au înregistrat nimic. Fotografiile obiectelor au fost toate voalate. La început a fost suspectat NATO, dar apoi s-a înţeles că potenţialii adversari nu dispuneau de o astfel de tehnologie. Pentru a evita panica, s-a spus că sunt teste cu dispozitive fabricate de sovietici.

În acea iarnă, echipajul unui submarin sovietic „proiect 671" a întâlnit un OZN. Comandantul submarinului era Aleksei Korjev. Submarinul venea la bază; uneori ieşea la suprafaţă, alteori cobora la două sute de metri. Voiau să fie nedetectaţi de sateliţii spion. Apoi au primit un raport care indica faptul că un avion era drept în faţa lor. Într-adevăr, la 50 de metri de submarin plutea în aer un disc argintiu, rămânând puţin în faţa submarinului. Echipajul îl privea hipnotizat. Apoi, OZN-ul a emis, în jos, o coloană de lumină albă strălucitoare, care însă nu a ajuns imediat la suprafaţa apei, ci a coborât încet. Korjev a ordonat imediat schimbarea cursului navei. Discul s-a ridicat lent şi a dispărut în nori.

Mihail Soroka, cercetător al fenomenelor paranormale din Kiev, a descris, într-un interviu acordat ziarului Fakti (decembrie 2007), întâlnirea avută de un submarin nuclear care însoţea vase de suprafaţă. Un obiect mare a apărut pe cer. Forma sa era aceea a unei ciuperci cu pălăria întoarsă. Partea inferioară strălucea cu o lumină albă, mai sus cu o lumină galbenă, apoi roşiatică, iar partea superioară strălucea cu o lumină roşie aprinsă. Obiectul nu numai că s-a apropiat de nave, dar chiar şi-a îndreptat o rază de reflector spre una dintre ele. Apoi obiectul a dispărut brusc. Incidentul a fost dezvăluit de căpitanul de gradul întâi, Aleksei Korjev, a adăugat Soroka. El a menţionat, de asemenea, că structurile de informaţii ale marinei sovietice considerau că OZN-urile apar de obicei deasupra navelor militare şi a instalaţiilor de coastă.

## Rapoarte concludente

Mai târziu, când Litvinov a fost în comisia specială a Statului Major al marinei sovietice, el a reuşit să citească zeci de rapoarte OZN, venite pe canalele de informaţii. Un raport descria o aterizare OZN în Golful Motovski (situat în Marea Barents). Un alt incident provine din arhivele Societăţii Geografice din Rusia. A avut loc în Marea Mediterană, în noiembrie 1976. Submarinul diesel sovietic Proiect 641 a traversat strâmtoarea Gibraltar şi a ieşit la suprafaţă. Era ora 2 dimineaţa şi marea era absolut calmă. Căpitanul, ofiţerul de gardă şi un marinar au urcat pe puntea submarinului pentru a verifica coordonatele navei. Deodată, au observat o sferă de argint strălucitoare în stânga, deasupra orizontului. Sfera s-a ridicat rapid şi brusc au văzut, chiar în faţa submarinului, pe apă, o hartă radiantă a Mediteranei. A apărut exact în momentul în care navigatorul voia să determine poziţia submarinului măsurând poziţia stelelor. Impresia a fost că cineva aflat la bordul sferei citea gândurile navigatorului rus. În plus, harta radiantă indica şi poziţia submarinului. Apoi sfera s-a îndepărtat, iar harta a dispărut.

Baza de date conţine zece mii de observaţii şi incidente similare. Litvinov considera că, din ele, aproximativ treizeci la sută sunt OZN-uri reale. Acestea sunt observate cel mai frecvent deasupra instalaţiilor militare, a zonelor de dezastre ecologice şi a faliilor geologice.

În anii 1970, rapoartele publicate de amiralul V.A. Domislovski, şeful departamentului de informaţii al Flotei din Pacific, au descris un obiect cilindric cu o lungime de 800 până la 900 de metri. În timp ce plutea, deasupra oceanului, obiecte mai mici au ieşit dintr-un capăt (ca albinele dintr-un stup) şi au coborât în apă, apoi s-au întors. După ce şi ultimul a revenit, OZN-ul s-a îndepărtat şi a dispărut la orizont.

Şi fostul contraamiral şi comandantul unui submarin nuclear Iuri Beketov declara, potrivit MosNews.com (16 iulie 2009), că, în Triunghiul Bermudelor, „am observat în mai multe rânduri că instrumentele au detectat mişcarea unor obiecte materiale la o viteză de neimaginat, în jur de 230 de noduri (400 km pe oră). Este dificil să atingi o asemenea viteză chiar şi la suprafaţă... Fiinţele care au creat aceste obiecte materiale ne depăşesc cu mult în dezvoltare.".

*Pagină realizată de*
**DAN D. FARCAŞ**

# Lumile tenebrelor

Un subiect inepuizabil datorită faptului că, ignorând aproape total numeroase dovezi materiale şi mărturii, o serie de reprezentanţi ai comunităţii ştiinţifice preferă să nu acorde importanţă ideii este că anumite forme avansate de viaţă s-au dezvoltat şi în „adâncurile" planetei noastre.

Presupuşii locuitori ai lumilor subterane sunt denumiţi, la modul general, cu un cuvânt care pentru noi are un nepotrivit sens peiorativ: troglodiţi. Un fel de humanoizi semisălbatici care trăiesc în întuneric, la propriu şi la figurat. O certitudine tot mai îndepărtată de momentul prezent o reprezintă subteranele, vechi de cel puţin câteva sute de ani, deasupra cărora s-au construit localităţile actuale.

Aviditatea umană nu cunoaşte însă limite. În căutarea febrilă de minerale şi bogăţii ale (sub)solului, sunt scormonite măruntaiele pământului până la profunzimi incredibile. Minele din Africa de Sud, cele mai adânci din lume, depăşesc 4 kilometri (Tau Tona, Mponeng, Savuka), iar temperaturile pot atinge 60-80ºC, la o umiditate a aerului de 97-98%; condiţii în care anual se înregistrează decese în rândul lucrătorilor din subterane, iar în alte mine, unele incendii mocnite nu au fost stinse nici după mai mult de un secol de la declanşare.

Cu toate acestea, nu poate fi exclusă ideea locuirii unor spaţii subterane vaste de către comunităţi de zeci, sute şi poate chiar mii de fiinţe umane.

Legendele se împletesc cu o realitate devenită cu timpul discutabilă, dar care păstrează un sâmbure de adevăr evident. Faimoasa peşteră Polovragi, din Gorj, ar include galerii încă neexplorate cu ieşiri în Munţii Orăştiei, fiind odinioară folosite de daci pentru refugiu şi manevre strategice.

Spre zilele noastre, un proiect militar început în Caucazul de Nord ar fi eşuat în condiţii stranii. Labirinturile subterane descoperite acolo ar fi trebuit amenajate ca buncăre pentru cazul unui război nuclear. S-au făcut măsurători, s-au prelevat probe de sol, terenul a fost studiat cu minuţiozitate şi câteva grupe de soldaţi au fost instruite pentru cercetarea prealabilă a tunelurilor existente.

Soldaţi dotaţi cu lanterne de mână şi aparate de comunicare au început verificarea fiecărei grote şi galerii, acţiunea fiind urmărită de la suprafaţă prin radio.

Relatările neoficiale ulterioare susţin că cercetările au fost oprite brusc şi buncărul subteran fortificat din apropierea râului Aksai nu a mai fost construit. Toţi militarii din zonă au fost retraşi, iar intrarea în complexul subteran a fost bine sigilată cu beton armat.

Se mai spune că ordinul de oprire a lucrărilor a venit de la Moscova, după ce o grupă de explorare nu s-a mai întors la suprafaţă. Militarii au fost căutaţi de echipe bine dotate, după îndelungi explorări fiind găsite doar fragmente din trupurile dispăruţilor, secţionate într-un mod foarte straniu.

Localnicii din împrejurimile zonei, considerate ca fiind blestemată, se referă la un fel de legendă a subteranelor de lângă Aksai. Cu secole în urmă, un negustor străin, despre care s-a aflat mai târziu că era iezuit, a rămas mai mulţi ani în zonă, cheltuind mulţi bani în căutarea a „ceva" nedefinit.

Era evident că nu un tezaur era obiectivul lui, sumele consumate fiind foarte mari. S-a săpat foarte mult în preajma grotelor, dar grupele de lucrători nu stăteau mult timp în slujba străinului, ci renunţau repede din motive rămase necunoscute.

Dacă au şi găsit ceea ce căutau şi, eventual, ce anume nu se ştie. Se mai spune însă că în vechile cărţi ale masonilor iezuiţi, tărâmurile din regiunea Aksai ar fi considerate sfinte.

Pe de altă parte, localnicii mai povestesc că strămoşii lor din colonia Kobyakovky practicau sacrificii umane pentru un „dragon", imagine regăsită de altfel în cronici, basme, pe monumente de arhitectură, în descoperiri arheologice.

**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

# Arg-e Bam, cetatea de chirpici

***În accepţiunea generală, o cetate este o construcţie monumentală, care are funcţie rezidenţială, însă în mod implicit şi una militară defensivă.***

Pentru acest din urmă atribut, arhitecţii şi constructorii se foloseau de conformaţia teritoriului de aşezare, de poziţionarea strategică, de căile de comunicaţie şi ape, pentru ca siguranţa celor aflaţi între zidurile cetăţii să fie cât mai mare.

Zidurile în sine erau construite din cele mai rezistente şi mai durabile materiale, piatra dominând peisajul, apoi cărămida, lemnul şi lianţii corespunzători. Au existat însă şi cetăţi de pământ, nisip şi chirpici, deşi nisipul are „faima" legendară de a fi foarte perisabil şi efemer.

## Străjer pe Drumul Mătăsii

În sudul platoului iranian, aproape de frontiera pakistaneză, vechiul Drum al Mătăsii, care a legat timp de două milenii Orientul de Occident, este străjuit de silueta încă semeaţă a vestitei cetăţi Arg-e Bam. Fortăreaţa în sine – alături de care stau cuibărite sute de alte locuinţe cu o arhitectură ciudată în ochii europenilor, dar fascinantă – este cea mai mare cetate de pământ şi nisip din lume. Potrivit unei legende, această aşezare îşi datorează existenţa unui vierme fermecat.

În poemul epic „Shahnameh" al poetului persan Ferdowsî (sau Ferdousi), o fată care torcea bumbac a observat că un vierme se urca pe mărul pe care ea îl pusese alături. Pe măsură ce vietatea continua să se hrănească şi să crească, producea un fir foarte delicat, care a devenit astfel o importantă sursă de venit pentru Haftvad, tatăl fetei.

Pentru a-şi proteja nesperatul izvor de bunăstare, bărbatul a întărit zidurile cetăţii. Mai târziu, urmând firul legendei, istoricul şi geograful Hamdoll'h Mostowfi afirma că un atacator al cetăţii a străpuns viermele cu o tijă metalică, iar acesta a plesnit, motiv pentru care, de atunci, locul se numeşte Bam (care înseamnă „a plesni").

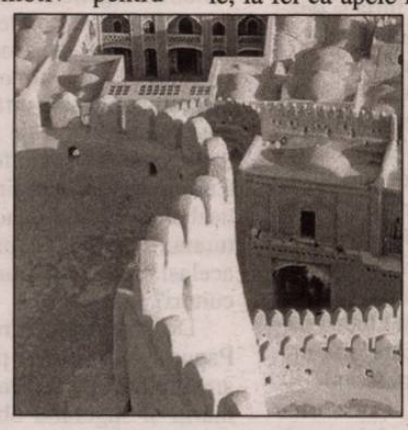
Neobişnuita asociere dintre o creatură foarte vulnerabilă şi cetate face trimitere, fără doar şi poate, la viermele de mătase, care a trasat la modul simbolic destinul multisecular al acestor locuri.

## O oază îndrăgită de regi

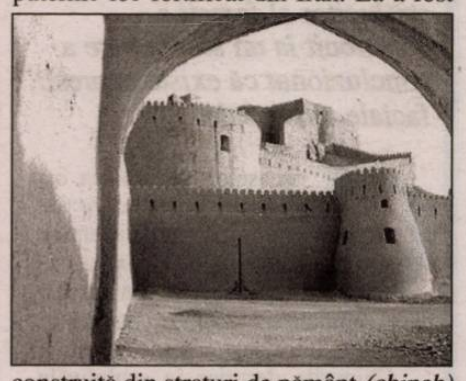
Din punct de vedere arhitectonic, structurile boltite şi domurile citadelei sunt caracteristice unui oraş medieval fortificat. Însă oraşul Bam a fost construit în cursul secolelor VI-IV î.Hr., la întretăierea unor căi comerciale şi de tranzit foarte importante.

A devenit în timp scurt vestit în lume pentru producerea veşmintelor din mătase şi bumbac cu o calitate nemaiîntâlnită, astfel că mulţi regi se deplasau până aici, pentru a-şi cumpăra ţesăturile şi straiele dorite.

Poziţia strategică specială în deşert, între două importante şiruri de munţi la nord şi la sud, e componentă a prosperităţii sale, la fel ca apele râurilor alpine, dirijate către oraş prin ingenioasele qan'ts, sisteme hidraulice subterane ce transformă acest petic de deşert într-o oază fertilă. Situată pe un deal, cetatea era formată dintr-o serie de trei ziduri concentrice din cărămidă de noroi şi o structură scheletică din lemn de palmier, iar zidul exterior împrejmuia oraşul vechi. Zidurile, înalte de aproximativ 12 metri, erau cândva înconjurate de un şanţ adânc.



Cetatea propriu-zisă a ajuns în perioada sa de mare glorie în timpul dinastiei Sāsānide (224-651 d.Hr.) şi până la începutul secolului al XIX-lea, a fost cel mai puternic loc fortificat din Iran. Ea a fost



construită din straturi de pământ *(chineh)* şi cărămizi de pământ uscate la soare *(kesht)*. Acum aproape două secole, majoritatea populaţiei s-a mutat în afara fortificaţiei, dar şcolile şi moscheile din interior au funcţionat în continuare. Apoi, vreme de câteva decenii, până în 1930, în incinta cetăţii Arg-e Bam a activat o garnizoană militară.

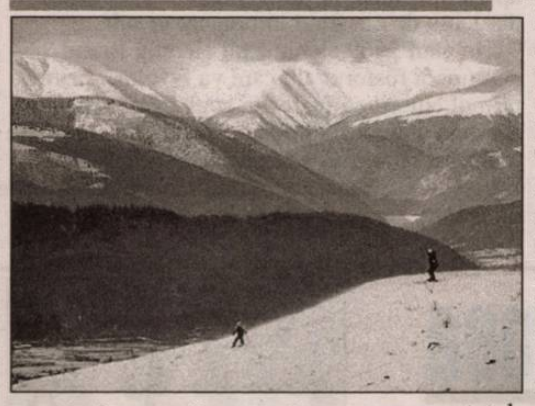
La primele ore ale zilei de 26 decembrie 2003, un seism cu magnitudinea de 6,6 grade a devastat regiunea Bam. Aproximativ 30.000 de oameni au pierit, alţi peste 100.000 au rămas fără locuinţe. Mai mult de 80% din cetatea de pământ s-a năruit din cauza amplasării pe vârful dealului. Totuşi, la nivel internaţional s-a pus în practică un plan de reconstruire, care în 2019 a fost finalizat. Redeschis publicului, acest obiectiv turistic este unul dintre cele mai preţuite locuri istorice din Iran, străduţele înguste dintre locuinţele, magazinele şi moscheile oferind un mister greu de descifrat.

**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

100 *de locuri de văzut în România*

# Dealul Mătău

La doar şase kilometri distanţă de oraşul Câmpulung Muscel, la poalele Carpaţilor Meridionali, se află dealul Mătău, care, cu altitudinea sa de 1.017 m este cel mai înalt deal din România. El închide spre sud depresiunea Câmpulungului, între râul Târgului şi Argeşel şi spre nord depresiunea Jugur-Poenari, constituind totodată



una din frumuseţile naturale ale zonei subcarpatice.

Regiunea este bogată în tradiţii folclorice, iar peisajele de un farmec aparte şi gastronomia argeşană montană, absolut delicioasă, constituie tot atâtea atuuri în plus, atrăgând turişti de pretutindeni.

Pe vârful dealului se celebrează anual, pe 25 octombrie, un ceremonial nocturn cu valenţe magice, numit „Focul lui Sumedru". Deşi are o denumire amintind de creştinism, specialiştii sunt de părere că sărbătoarea ar fi mult mai veche, din perioada „păgână" premergătoare apariţiei religiei pe aceste meleaguri şi ea marchează încheierea anotimpului agrar şi venirea iernii.

Pe deal a fost amenajată o pârtie de schi cu lungimea de aproximativ un kilometru. Pârtia, beneficiind de teleschi şi de un centru de închiriere a echipamentului pentru schi, este destinată începătorilor, dar şi entuziaştilor schiului care doresc să-şi petreacă astfel timpul liber într-un decor pitoresc.

De pe platoul din apropierea pârtiei se vede o panoramă idilică a Câmpulungului şi a munţilor Piatra Craiului, Iezer, Făgăraş, iar în zilele senine se poate zări chiar şi vârful Moldoveanu. Turiştii care ajung în comuna învecinată, Mioarele, pot vizita şi situl arheologic de interes naţional reprezentat de curţile boiereşti din punctul Hobaia, la 200 m sud de extremitatea estică a satului Suslăneşti, cuprinzând ruinele unei biserici şi ale unei incinte din secolele X-XI.

Tot de interes naţional sunt şi trei cruci de piatră din satul Mătău, monumente istorice memoriale sau funerare: crucea din satul Cocenești (1721), crucea din satul Chilii (1728) şi crucea de la intersecţia dintre şoseaua judeţeană şi drumul comunal spre Suslăneşti, datând din timpul lui Constantin Brâncoveanu.

**GABRIEL TUDOR**

*Amprente ale spiritualităţii*

# Biserica din Gurasada

Judeţul Hunedoara, unul dintre cele mai frumoase şi mai încărcate de istorie ale ţării se mândreşte, printre altele, cu construcţiile sale defensive ridicate încă din zorii secolului al XIII-lea.

Pe lângă Cetatea Devei, cea mai cunoscută dintre toate, trebuie menţionat că judeţul prezintă şi trei biserici vestite în satele Densuş, Streisângeorgiu şi Gurasada.

Menţionat documentar din 1292, satul Gurasada deţine una dintre cele mai vechi mărturii ale credinţei ortodoxe, biserica Sfântul Arhanghel Mihail. Cercetările arheologice au permis datarea începutului acestei construcţii la debutul secolului al XIII-lea. Atestată însă documentar abia în 1292, odată cu întregul sat ea are un aspect ciudat, în primul rând datorită celor două turnuri şi apoi pentru că o parte este realizată din piatră netencuită pe exterior dar o altă parte are deasupra pietrelor un strat subţire de mortar, acoperit cu var. Întregul ei aspect dovedeşte faptul că a fost ridicată în mai multe etape, meşterii având idei diferite despre modul în care trebuia să arate.

Este o biserică de tip central, de formă condrilobată, combinată cu turla şi cupola centrală şi prelungită spre vest cu spaţiu rectangular şi turn, de dimensiuni modeste dar cu forme viguroase. Structura sa poate fi reflexul unei construcţii romanice de tip central cum este Capela de la Odorhei. Date fiind fazele diferite de construcţie, faţadele sunt şi ele tratate în mod diferit.

În ceea ce priveşte interiorul, încăperea centrală este formată din patru abside: două uşor alungite şi două semicirculare dispuse în jurul unui pătrat deasupra căruia se ridică o turlă.

Un pronaos supralărgit, un fel de pridvor se prelungeşte spre vest, cuprinzând şi absida apuseană a naosului. Naosul şi partea de răsărit a altarului constituie cele mai vechi elemente ale construcţiei. Din cauza deteriorării în timp a părţii din faţă a bisericii, aceasta a fost supusă unor restaurări care i-au alterat aspectul iniţial. Cu prilejul acestor restaurări a fost refăcut pronaosul şi s-a construit turnul-clopotniţă.

Exteriorul este sobru, singurele ornamente fiind ferestrele prelungi. Acoperişul este de şindrilă. Spre vest au fost contruite mai multe încăperi anexă. Pictura conţine două straturi: unul medieval, realizat probabil la începutul secolului al XIV-lea şi altul din secolul al XVIII-lea, remarcabilă fiind scena „Judecăţii de Apoi".

**IRINA STOICA**

# Statuile „sugerează” emoții

***O sculptură veche de 1.200-1.400 de ani dintr-un sit mexican arată o femeie Maya care ține în brațe un copil, fața ei radiind de fericire. Aspectul strălucitor al femeii a contribuit la un studiu care a concluzionat că există expresii faciale universale.***

Grimasele, încruntarea ori privirile încântătoare ale sculpturilor umane antice indică faptul că există expresii faciale universale care semnalează aceleași emoții în diferite culturi, susțin cercetătorii.

Chipurile descrise în sculpturile realizate cu 3.500-600 de ani în urmă în Mexic și America Centrală le transmit occidentalilor de astăzi cinci tipuri de emoții. Oamenii din prezent, la fel ca presupușii membri ai comunităților americane antice odinioară, autorii sculpturilor, sugerează că fiecare dintre aceste expresii emoționale apare în situații sociale particulare.

Numai privind fețele unor personaje umane sculptate, se observă limpede că expresiile durerii caracterizează reprezentările unor oameni torturați; expresiile care combină determinarea și efortul sunt însoțite, în sculpturile respective, de ridicarea greutăților; fețele furioase apar la bărbați aflați în plină luptă; expresiile exaltate definesc astfel perechile care se țin de mână ori bărbatul și femeia care stau îmbrățișați; chipurile triste reprezintă indivizi înfrânți, dezamăgiți.

Această legătură dintre sculpturile și grupurile statuare antice și cele moderne oferă un sprijin puternic pentru ideea universalității și sugerează destul de direct, aproape explicit originile genetice ale acestor expresii emoționale particulare.

Cercetătorii consideră că descoperirile lor constituie o privire preliminară asupra modului în care oamenii care au trăit cu mult timp în urmă și neinfluențați de nicio cultură modernă și-au exprimat anumite emoții cu fețele lor, așa cum o fac în contemporaneitate sculptorii occidentali.

Specialiștii au investigat timp de decenii veridicitatea teoriei potrivit căreia anumite expresii faciale au evoluat pentru a exprima emoții specifice, cum ar fi fericirea, furia și dezgustul, indiferent de cultura cuiva.

Comparațiile anterioare ale expresiilor faciale din diferitele societăți moderne au fost complicate de faptul că oamenii de pretutindeni, inclusiv vânătorii-culegători din străvechime, au întâlnit într-o oarecare măsură occidentali și au fost influențați de practicile lor culturale. Privind adânc în trecut, noul studiu rezolvă această problemă, spun cercetătorii.

S-au identificat astfel pentru prima dată 63 de sculpturi americane antice, în colecțiile unor muzee, care înfățișează oameni în opt situații: ținuți captivi, torturați, purtând un obiect greu, îmbrățișând pe cineva, ținând în brațe un bebeluș, pregătindu-se de luptă, practicând un joc cu mingea și cântând. Sculpturile proveneau de la populații antice între care olmecii și mayașii și alte societăți centroamericane.

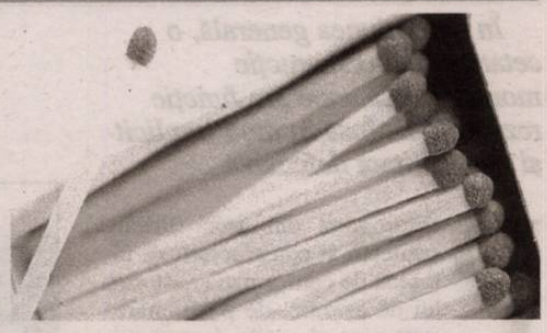
Li s-au prezentat numai fețele personajelor sculptate câtorva sute de persoane contemporane cu noi, cărora li s-a cerut să evalueze emoțiile sugerate de acestea. Voluntarii au identificat 30 de emoții, ce au putut fi grupate în 13 stări emoționale. Dintre acestea, este impresionant faptul că s-au detașat cumva stările exprimate de personajele care erau reprezentate, într-adevăr, în totalitatea lucrării sculpturale, ca fiind torturate, situație sugerată de grimasele de durere, de suferință.

De altfel, dacă ne apropiem de epoca modernă, observăm la artiști un gen de predilecție comună pentru reconstituirea – din marmură, piatră, lut sau lemn – acelor momente de dramă răscolitoare, de suferință fizică ori afectivă, întipărite pe fețele victimelor.

Un magistral exemplu în acest sens este faimoasa capodoperă a sculpturii universale cunoscută sub denumirea generică „Laocoon”. Dar nu trebuie să poarte numele unui Michelangelo sau Rodin pentru a fi considerat un sculptor cel puțin remarcabil. Această artă se situează la cote inimaginabil de înalte, inclusiv la popoare din spații foarte depărtate. Cu o rezervă determinată de o lungă dezbatere (fără o concluzie clar conturată): anumite expresii comunică același sens emoțional în diferite culturi?

De exemplu, Trobriandrii din Papua Noua Guinee percep mânia și amenințarea pe aceleași fețe cu ochii măriți și sugerând oboseala pe care occidentalii le consideră expresii ale fricii. Oamenii care trăiesc în comunități mici, relativ izolate, cum sunt păstorii Himba din Africa de Sud, deseori clasifică emoțiile faciale diferit decât o fac occidentalii, dacă li se cere să descrie ceea ce le sugerează o expresie facială.

În astfel de societăți tradiționale, toată lumea se cunoaște bine, așa că nu este nevoie să presupunem că expresiile faciale reflectă anumite stări emoționale, susțin unii cercetători.



# Chibritul sau bricheta?

O dilemă cu totul neașteptată într-un domeniu important pentru civilizația umană – modul de aprindere a focului.

Tentația spontană este să afirmăm cu convingere că chibritul a fost inventat cel dintâi, dar lucrurile stau însă exact invers. Prima brichetă, cunoscută sub denumirea de „lampa lui Döbereiner” a fost inventată în anul 1823 de chimistul german Johann Wolfgang Döbereiner și era un cartuș umplut cu hidrogen, aprinderea fiind declanșată de un catalizator din platină.

În secolul al XVII-lea, odată cu descoperirea fosforului, au fost studiate reacții chimice similare cu cele produse la aprinderea unui chibrit.

Chibriturile de care ne folosim astăzi, care produc o flacără într-un singur timp, prin frecare, au apărut în 1827. Au fost inventate de chimistul britanic John Walker, după ce a descoperit virtuțile unui amestec, realizat tot de el, de sulfură de antimoniu, clorat de potasiu, amidon și cauciuc. Aprinderea se făcea pe o hârtie abrazivă, invenția sa numindu-se „congreves”.

Fabricarea chibriturilor cu fosfor a început în anul 1840, în Viena, iar în anul 1851 germanul Schrotter a obținut un patent de fabricare a fosforului roșu, pe care-l descoperise în 1845, fosfor care nu se aprinde în aer și nu este toxic.

Se presupune că predecesorul chibritului ar fi apărut în China, în jurul anului 577, betișorul din lemn de pin fiind impregnat în sulf.

În anul 1669 alchimistul Hennig Brand descoperă fosforul alb care va fi folosit pentru primul chibrit cu fosfor în anul 1835. Folosirea acestuia a durat foarte puțin pentru că era foarte toxic, iar chibriturile se aprindeau când erau scoase din apă în aer, condiții în care era greu de utilizat.

# Mâinile care îmbrățișează lumea

O tendință destul de curioasă în arta plastică din zilele noastre este aceea de a „amplifica” operele create până la a le da dimensiuni aproape faraonice.

Acest lucru integrează o simbolistică foarte importantă, mai ales atunci când artistul destructurează un element – ființă sau non-ființă – cu o alcătuire omogenă coerentă, pentru a-l așeza într-un context neașteptat, ca pe un reper al unei lumi în care omul obișnuit nu se recunoaște. Mâna este una dintre cele mai tulburătoare teme artistice în acest sens.

***Veneția, Italia.*** O pereche de mâini uriașe a apărut nu de mult timp în unul dintre cele mai frecventate locuri turistice din lume. Pe unul dintre canalele principale din orașul-lagună, părțile laterale ale hotelului Ca Sagredo sunt susținute de mâinile ieșite din apă ca o promisiune divină că totul va fi bine. De altfel, autorul acestei lucrări, sculptorul italian Lorenzo Quinn, a explicat că a dorit să transmită un avertisment vizual referitor la impactul schimbărilor climatice și al creșterii nivelului mării asupra orașului istoric.

***Mano del Desierto, deșertul Atacama, Chile.*** Este, probabil, cea mai faimoasă operă sculpturală de acest fel. „Mâna Deșertului”, ridicată din nisipul cel etern și fragil totodată al deșertului aflat la 75 de kilometri sud de orașul Antofagasta, a fost creată de artistul chilian Mario Irarrázabal în memoria victimelor nedreptății și torturii din timpul regimului militar din Chile. Structura de beton are înălțimea de 11 metri.

***Miami, Florida, Statele Unite.*** La Memorialul Holocaustului din Miami, Florida, se află o sculptură înaltă de 12 metri a unui braț întins, care se întinde spre ceruri, în timp ce sute de figuri umane mici se lipesc de el și unul de celălalt. Mâna afișează un tatuaj cu un număr similar cu cele pe care supraviețuitorii infernului de la Auschwitz erau obligați să le poarte pe antebraț. Sculptura a fost proiectată de arhitectul Kenneth Treister.

***Mano de Punta del Este, Uruguay.*** Mâna „Punta del Este” („Vârful Răsăritului”), este o sculptură manuală a aceluiași artist chilian Mario Irarrázabal, situată în popularul oraș turistic uruguayan Punta del Este. Ea a fost dezvelită în vara anului 1982 și de atunci a devenit un simbol pentru oraș și unul dintre cele mai cunoscute repere din Uruguay. De-a lungul anilor, sculptura a fost identificată prin diferite nume, cum ar fi Emergiendo a la Vida („Omul emergent în viață”), Monumento los Dedos („Monumentul degetelor”) și Monumento al Ahogado („Monumentul înecaților”), deși creatorul preferă să fie numit pur și simplu „Mâna”.

„Am vrut să sculptez ceea ce este considerat cel mai provocator punct de vedere tehnic al corpului uman, a mărturisit Lorenzo Quinn, autorul sculpturii din Veneția. Mâna deține atât de multă putere – puterea de a iubi, de a urî, de a crea, de a distruge.”

*Pagină realizată de*
**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

## Ştiaţi că...

◆ *...primii care au trecut prin strâmtoarea Gibraltar au fost fenicienii? Astfel au descoperit Peninsula Iberică.*

◆ *...cea dintâi aşezare din Australia a fost oraşul Sydney?*

*A fost fondat de englezi la 26 ianuarie 1788.*

◆ *...cascada „Bâlea" sau „Urlătoarea Bâlei" are o înălţime de 60 de metri? Se află în munţii Făgăraş.*

◆ *...cea mai lungă peşteră din Europa este Holloch din*

*centrul Elveţiei? Are 104 kilometri lungime.*

◆ *...Dunărea are 300 de afluenţi? Dintre aceştia, 40 sunt navigabili.*

◆ *...pasărea „venin" – pitohui trăieşte în Noua Guinee? Atât penele sale, cât şi*

*pielea conţin o substanţă toxică pe care o secretă în mod natural.*

◆ *...primul metal nepreţios cunoscut de oameni a fost cuprul.*

◆ *...Laricele este singurul conifer cu frunze căzătoare din*

*Munţii Carpaţi? Se mai numeşte şi Zadă.*

Ştiaţi că...

# Kyoto, oraşul grădinilor

***Aflat pe insula Honshu, înconjurat pe trei sferturi de munţi, oraşul Kyoto a fost capitala Japoniei imperiale mai bine de 1000 de ani, între anii 794-1868. Numele său era la vremea respectivă Heian-kyõ, însemnând „Capitala păcii şi liniştii".***

Oraşul are o limbă aparte, renumit pentru numeroasele temple budiste, grădinile sale, Palatul Imperial, altarele Shinto, numeroasele case de lemn, mâncarea sa rafinată şi vestitele gheişe, mai ales cele din districtul Gion.

Istoria oraşului începe în anul 794 când împăratul Kammu alegea o bucată netedă de pământ în apropierea satului Uda. Aici a ridicat o reşedinţă, numind locul „Capitala Păcii", devenită ulterior Kyoto. Trebuie remarcat că oraşul a fost ridicat după un plan riguros în care erau trasate străzile asemenea unei table de şah cu o stradă centrală având o lăţime de 13 metri.

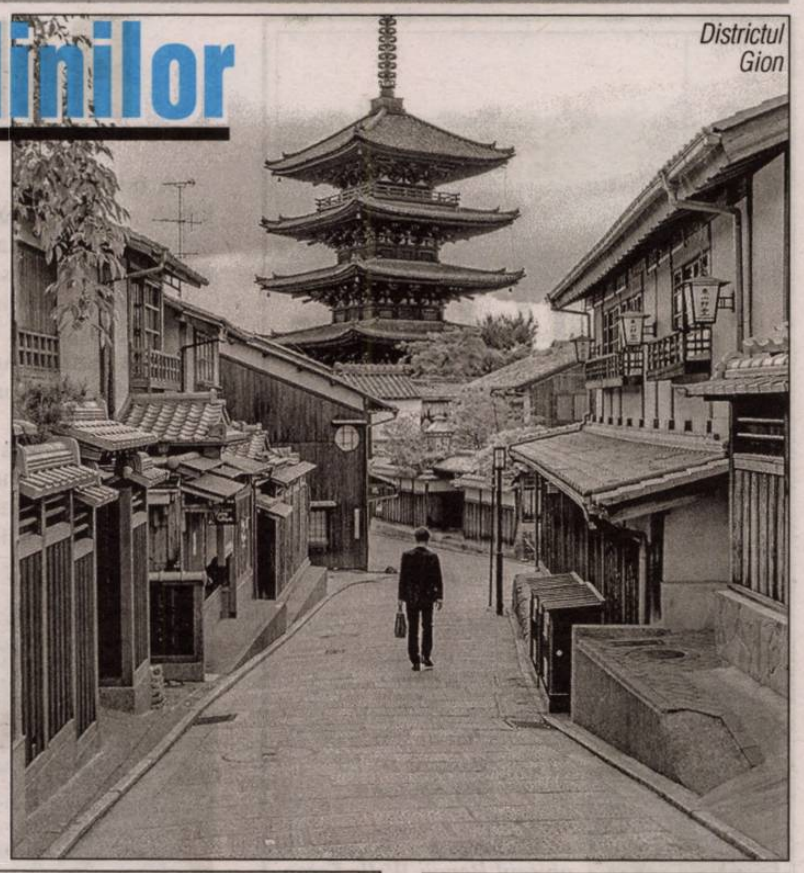
Oraşul, având în prezent aproximativ 1,5 milioane de locuitori a fost construit din lemn, la nord aflându-se Palatul Imperial cu o sală a încoronării şi tronul celest aflat sub un baldachin. Reşedinţa lui Kammu a fost distrusă de-a lungul vremii de intemperii şi cutremure.

Palatul Imperial a ars în mai multe rânduri dar a fost reconstruit de fiecare dată, ultima restaurare fiind cea din 1855. Este de fapt un complex alcătuit din 18 clădiri, deschis în prezent publicului. Înconjurat de o fortificaţie prezintă patru turnuri, unul fiind rezervat familiei imperiale şi celelalte concubinelor. La parter, o parte din duşumea era scoasă pentru ca împăratul să aibă direct pământul sub picioare atunci când îndeplinea un ritual închinat strămoşilor. Se credea că divinul conducător era descendent direct al zeiţei Amaterasu, zeiţa Soarelui şi de aceea era considerat la rândul său zeu, impunând venerarea.

Pe lângă palate, pavilioane şi grădini există în Kyoto circa 400 de altare shinto, vechea religie a Indiei, dedicate zeilor naturii, foarte numeroşi. Aceste spaţii erau destinate rugăciunilor, fapt care subliniază ideea că japonezii sunt un popor credincios. Printre zei numărându-se animale, munţi, ape, având puteri magice. Cel mai cunoscut altar shintoist, este Fushimi Inari, cu vestitele porţi numite „tori", formate din câte doi stâlpi vopsiţi în roşu pe care se sprijină o grindă neagră ce simbolizează legătura între lumea spirituală şi cea pământeană. Se aliniază pe un şir cu o lungime de 3 kilometri şi au fost ridicaţi în anul 733 drept mulţumire zeiţei Inari pentru o recoltă bogată.

Cele mai faimoase monumente aparţin însă budismului (aproximativ 1660 de temple), religie mai nouă, îmbrăţişată în special de aristocraţi. Acestea se remarcă prin ornamentaţii bogate, în special basoreliefuri, cel mai vechi templu budist fiind Shionun, în secolul al XIII-lea.

Preocuparea pentru frumos a locuitorilor este exprimată, mai ales, prin numeroasele grădini, majoritatea fiind opere ale creatorilor Zen. Din piatră sau pline de flori, acestea conţin o mulţime de simboluri, cel mai des fiind asociate muntelui sacru, Fuji. Cea mai cunoscută grădină este cea creată în secolul al XIV-lea de preotul Muso Kokushi în care din flori şi muşchi este creat un întreg peisaj sugerând munţi, râuri, cascade.



*Districtul Gion*

*Palatul Imperial*

*Pavilionul de Aur*

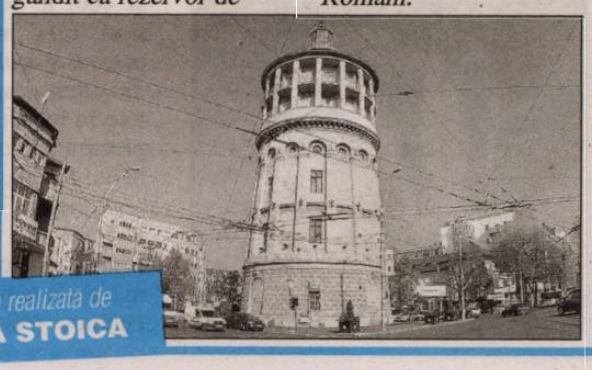
*Tori din Fushimi Inari*

*Fushimi Inari*

## Foişorul de Foc

*Aflat pe unul dintre cele mai ridicate locuri ale Capitalei, Foişorul de Foc este o construcţie impunătoae, de formă circulară. Are o înălţime de 50 de metri şi este realizat din piatră şi cărămidă, terminându-se printr-o cupolă turtită. A fost construit între anii 1892-1893, iniţial gândit ca rezervor de compensare, unde apa să fie pompată şi ulterior distribuită către locuinţe, dar până în 1935 a fost utilizat ca observator pentru incendii.*

*Proiectat de către arhitectul George Mandrea a fost consolidat în 1961 şi din 1963 a fost transformat în Muzeul Pompierilor Români.*



*Simboluri ale umanităţii*

## Tridentul

Simbol şi atribut al zeului mării, Poseidon în mitologia greacă şi Neptun în mitologia romană, tridentul este un harpon pentru peşti, având trei cârlige.

Legenda spune că atunci când scutura tridentul, zeul mării declanşa furtuna. Apare pe unele steme şi blazoane ca simbol al pescuitorului sau în cazul în care dinţii sunt egali este simbolul Treimii.

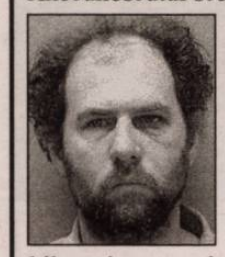
Tridentul apare şi în mitologia vedică, fiind semnul uneia dintre ipostazele zeului Shiva. Cei trei dinţi simbolizează timpul întreit (trecut, prezent, viitor), fie cele trei calităţi sau ierarhia cu cele trei niveluri de manifestare.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

# Clientul infractor

*Se întâmplă ca unii oameni aflaţi pe culmile disperării şi neavând niciun fel de mijloc legal de trai să recurgă la gesturi extreme, iar un bărbat din Wilmington, statul american Delaware, nu a avut altceva mai bun de făcut decât să pună la cale jefuirea unei bănci.*

*Pare floare la ueche să aplici binecunoscutul scenariu cu ameninţarea „discretă" a unei casiere, dar pentru Williams McRoberts, în vârstă de 44 de ani, lucrurile nu au decurs însă conform planului.*



*Williams s-a prezentat la ghişeul Băncii Wells Fargo şi i-a înmânat casierei un bilet prin care o înştiinţa că jefuieşte instituţia respectivă şi că trebuie să-i dea 150 de dolari.*

*Lucrătoarea a respectat cu docilitate cererea, dându-i infractorului în numerar o sumă nedezvăluită de autorităţi, dar avertizându-l că banii au seriile înregistrate. Stratagema spontană s-a dovedit, în mod curios, inspirată.*

*Infractorul a ieşit afară cu suma furată şi a depus imediat banii în contul propriu deschis la bancă, folosind pentru operaţiune chiar automatul băncii jefuite. Poliţiştilor nu le-a fost greu să-l identifice, puţin mai târziu, pe tâlharul ageamiu, în spatele centrului comercial în care se afla banca, pe care l-au trimis în spatele gratiilor sub acuzaţia de jaf.*

*După ce a fost reţinut, Williams le-a declarat poliţiştilor că „mintea lui este în prezent controlată de o terţă parte, printr-un implant situat undeva în corpul său" şi că la bancă a venit călătorind pe acoperişul unui tren de marfă. Banii nu au fost recuperaţi, dar infractorul era în posesia unui card bancar al băncii jefuite.* (A.N.P.)

# Hobby feroviar

A împărtăşi un hobby cu o nouă iubită poate fi o experienţă riscantă, iar un bărbat din Marea Britanie a fost îngrijorat că iubita sa l-ar putea părăsi.

Adevărul e că, timp de luni de zile, Simon George din oraşul Wakefield, situat în nordul Angliei, i-a ascuns iubitei sale, Maria, un adevăr despre el însuşi.

Secretul constă în pasiunea lui extremă pentru... modelele de trenuri, cu tot ce înseamnă asemenea jucării ce vor fi luminat copilăria multor băieţi.

În urmă cu opt ani, George a început să colecteze fotografii pentru a recrea o replică încredibilă a unei linii de tren, plasată în Yorkshire, în anii '80, pe care şi-a amintit-o din copilărie, când petrecea mult timp privind cum trec trenurile.

El a închiriat subsolul sediului unei firme locale pentru a construi ceea ce avea să devină în cele din urmă un model feroviar de 60 de metri lungime, care l-a costat mai mult de 330.000 de dolari. Simon a reuşit să adune în jur de 500 de fotografii ale zonei pe care a recreat-o, cu imagini din anii '80, printre care a găsit una care l-a surprins la 12 ani aplecat peste gard şi privind trecerea unui tren de marfă.

În loc să-şi recunoască hobby-ul deloc ieftin, Simon a minţit. „Am făcut-o să creadă că sunt un comerciant de vinuri, pentru că suna mai serios decât construirea unui model de cale ferată", a mărturisit el pentru BBC.

Potrivit bărbatului, Maria a descoperit trenuleţele când a mers în ceea ce credea că este crama lui. Dar totul e bine când se termină cu bine. George a spus că femeia a fost de fapt impresionată de modelul detaliat muncit de el, iar cei doi sunt acum logodiţi.

Editorul unei reviste de profil din Marea Britanie a declarat că probabil modelul lui Simon este cel mai mare de acest tip din ţară, dar că ar mai putea exista şi altele pe care pasionaţii de acest hobby nu le fac publice. *(A.N.P.)*

# Accident insolit

Face obiectul unor anecdote cu umor negru ideea ciocnirii dintre un tren şi un avion, dar totuşi un asemenea accident aproape ireal s-a petrecut la începutul anului, la Los Angeles, SUA. Consecinţele sale puteau fi tragice, fără intervenţia contracronometru a unor ofiţeri de poliţie.

Avionul cu un singur motor, un Cessna 172, a suferit o defecţiune de funcţionare în timpul decolării de pe aeroportul Whiteman, din comunitatea San Fernando Valley, şi s-a prăbuşit câteva momente mai târziu, a declarat căpitanul de poliţie Christopher Zine reporterilor. Locul prăbuşirii a fost la o trecere de cale ferată într-o intersecţie adiacentă aeroportului, la doar câteva blocuri de staţia Foothill Division a Departamentului de Poliţie din Los Angeles. „Am cerut Companiei feroviare Metrolink să înceteze orice activitate a trenurilor, dar se pare că nu s-a întâmplat asta", a spus ofiţerul, iar colegul său Christopher Aboyte a adăugat că a stat iniţial lângă avion, încercând să-l calmeze pe pilot, care se afla aşezat, conştient, dar agitat.

Sunetele şi luminile intermitente au semnalat un tren care se apropia. „Neam uitat, şi am observat că, fără îndoială, era un tren care se îndrepta spre noi cu viteză maximă. Când se întâmplă astfel de lucruri, mergi şi faci. Nu prea ai timp să te gândeşti."

Camera de corp a poliţistului a captat imaginea şi sunetul trenului care spulbera locul unde fusese pilotul cu câteva secunde mai devreme. Singura persoană aflată la bord a fost identificată drept Mark Jenkins, în vârstă de 70 de ani, de o rudă, care a declarat că bărbatul a suferit leziuni „destul de semnificative" ale feţei, inclusiv oase rupte şi coaste fracturate.

Jenkins, fost pilot de luptă al Forţelor Aeriene ale SUA, „foarte experimentat", intenţiona să aterizeze pe şine, pentru a evita lovirea unor oamenii de la sol, dar nu a anticipat ciocnirea cu un tren cu o viteză de 80 km/h.

Din fericire, în cele câteva secunde ce au făcut diferenţa dintre viaţă şi moarte, poliţiştii au reuşit să îl salveze. În prezent, el se află într-un spital, unde se va recupera în câteva săptămâni. *(A.N.P.)*

# Bursucul arheolog

Descoperirea celui mai mare tezaur de monede romane de către arheologi în nordul Spaniei îşi are originea în acţiunea unui bursuc înfometat. Se presupune că acesta îşi căuta cu disperare hrană lângă vizuina sa, blocată de ninsorile abundente aduse de furtuna „Filomena" anul trecut.

Colecţia de monede (209 piese) a fost decoperită de un localnic care a chemat arheologii la faţa locului. Animalul a săpat printr-o crăpătură din peştera La Cueva, aflată lângă oraşul Grado, scoţând la suprafaţă aproape 90 de monede, restul fiind descoperite apoi de arheologi.

Datate aproximativ între anii 200 şi 400, în perioada Imperiului Roman, când în Peninsula Iberică au pătruns populaţii barbare, monedele din argint, cupru şi bronz au fost bătute în locaţii îndepărtate de Spania, precum Salonic, Constantinopol (actualul Istanbul), Londra.

Colecţia de monede recuperată va fi, cel mai probabil, expusă la Muzeul de Arheologie din Asturias, Spania, unde în prezent se află în faza de curăţare. *(Nicuşor Dincă)*

# Furtul berbecului-unicorn

*Miturile şi legendele relatează că unicornul ar fi o creatură fantastică, având înfăţişarea unui cal cu un corn în frunte şi înzestrată cu calităţi neobişnuite. Datorită însuşirilor sale, a devenit uneori efigie şi – iată! – în zilele noastre îşi găseşte corespondent în mascota unei echipe sportive.*

*Totul a pornit de la tradiţia unei confruntări în sportul reprezentativ pentru Statele Unite, fotbalul american, care are loc anual între echipa trupelor de uscat şi cea a Marinei. În virtutea acestei tradiţii, se pun la cale şi farse cumva extrasportive, astfel că înainte de cea mai recentă dispută – cea de la finele toamnei anului trecut – cadeţii de la echipa West Point („tereştrii") au plănuit să fure berbecul care reprezintă mascota rivalilor „acvatici" de la Academia Navală.*

*Sub camuflajul întunericului nocturn, câţiva dintre ei s-au strecurat în padocul din Maryland unde ştiau că este ţinut preţiosul animal botezat Bill 37. Spre ghinionul şi ruşinea lor, junii în uniforme au făcut suficient zgomot cât să sperie animalele, care au luat-o la goană încotro au văzut cu ochii.*

*După o scurtă urmărire, cadeţii au reuşit să înhaţe unul dintre animale şi au fugit cu captura. Abia mai târziu au observat că mascota capturată nu era cea „bună": prizonierul lor era de fapt Bill 34, un berbec în vârstă de 14 ani care fusese mascota Marinei cu câţiva ani în urmă, până fusese scos la „pensie".*

*Iar ca jena să fie şi mai mare, sărmanul animal rămăsese cu numai un corn, după cine ştie ce răfuială de tinereţe ceva mai contondentă. Până la urmă, părţile rivale s-au împăcat în chestiunea berbecelui-unicorn, într-o declaraţie comună reiterând că niciuna dintre ele nu sancţionează furtul de mascote.* (A.N.P.)

# Costume de... groază,

## din filme nu neapărat de groază!

***Arta cere sacrificii, spune o veche vorbă, iar acest lucru este valabil şi în domeniul cinematografiei. Şi aici nu e vorba neapărat de sacrificiile gastronomice pe care actorii trebuie să le facă în ceea ce priveşte greutatea – mai precis să slăbească sau să se îngraşe extrem de mult, într-un interval de timp foarte scurt, pentru a intra cât mai bine în pielea personajului.***

Lafel de solicitante sunt şi costumele pe care uneori actorii sunt nevoiţi să le îmbrace, ca şi machiajul implicat de rol şi care se dovedesc adesea de groază, chiar dacă filmele respective nu sunt horror.

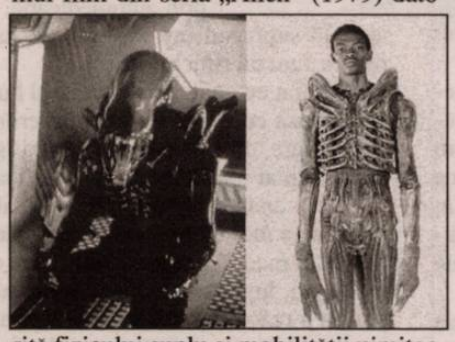
### Chewbacca înclina capul să nu se lovească de uşi

Peter Mayhew, actorul care a interpretat creatura monstruoasă Chewbacca, în primul film din seria „Războiul stelelor", nu are deloc amintiri plăcute despre acest rol. Având în vedere faptul că în anii 1970 efectele speciale şi machiajele erau încă departe de sofisticarea la care au ajuns azi, îmbrăcarea costumului era o corvoadă, ca şi mişcarea în el.

Practic, Mayhew abia mai putea respira în acest costum, aşa încât George Lucas a fost nevoit să adauge faimoasele „mormăieli" ale personajului ulterior, la montaj, întrucât actorul nu le putea scoate prin mască decât cu mari eforturi. Totodată, aparentul tic al personajului, care are mereu tendinţa să-şi aplece capul într-o parte, nu era prevăzut nicăieri în scenariu, dar Mayhew a fost nevoit să recurgă la el ca o formă de... autoapărare, întrucât din cauza costumului nu estima niciodată corect înălţimea tocurilor uşilor şi se izbea de acestea!

### Un „Alien" în lubrifiant

Actorul nigerian Bolaji Badejo a fost preferat de regizorul Ridley Scott în primul film din seria „Alien" (1979) datorită fizicului suplu şi mobilităţii uimitoare. Dar chiar şi aşa, acesta a avut parte de experienţe îngrozitoare în timpul filmărilor. „Nu puteam vedea decât dacă stăteam nemişcat, prin câteva orificii făcute în capul de plastic pe care-l purtam. Practic, când alergam o făceam orbeşte, alegându-mi direcţia înainte ca regizorul să pornească filmarea..."



Mai mult, spre a imita saliva acidă a creaturii extraterestre, specialiştii în efecte speciale au apelat la un lubrifiant folosit în scopuri... sexuale, astfel încât au luat cu asalt farmaciile locale pentru a cumpăra cât mai multe produse de acest gen, care au fost apoi turnate pe capul de plastic al creaturii, creând însă, într-adevăr, un efect impresionant.

### Nu-i uşor să fii Femeia-Pisică!

Frumoasa Michelle Pfeiffer a avut parte de cel mai inconfortabil costum în rolul Catwoman din filmul „Batman se întoarce" (1992). Pentru a putea intra în costumul care-i părea turnat pe corp, actriţa, complet dezbrăcată, era acoperită de la gât în jos cu pudră, apoi introdusă în costum, iar acesta era golit de aer cu ajutorul unui aspirator special, care crea vacuum.

Ca tacâmul să fie complet, creatorii costumului au uitat să aplice un fermoar şi pentru satisfacerea necesităţilor fiziologice, astfel încât actriţa a trebuit să se abţină ore în şir, la filmări, până când problema a fost remediată.

### Grinch şi tehnicile de tortură

Dar cu siguranţă „campionul" machiajelor hollywoodiene rămâne costumul lui Grinch, din populara comedie „Cum a furat Grinch Crăciunul" (2000), avându-l în rolul principal pe Jim Carrey. Actorul va declara ulterior că filmările au fost pentru el un coşmar de la un capăt la altul, fie şi din simplul motiv că machiajul dura opt ore şi jumătate!

„A fost o adevărată tortură şi la un moment dat ştiu că am început, efectiv, să plâng, şi i-am spus regizorului Ron Howard că eu nu pot juca în filmul ăsta... În cele din urmă, producătorul Brian Grazer a venit cu ideea de a-l suna pe un prieten, fost agent CIA, specializat în pregătirea militarilor pentru a rezista la tehnicile de tortură, care mi-a dat sfaturi utile. Fără el, nu ştiu dacă aş mai fi fost vreodată Grinch", a mărturisit Carrey.

*Pagină realizată de*
**GABRIEL TUDOR**

PORTRET

## Nicolae Corjos

*Pentru cei mai mulţi dintre noi, numele lui Nicolae Corjos este legat de îndrăgita serie a „Liceenilor", filmul care a fascinat milioane de români, amintindu-le de frumoşii ani ai adolescenţei. Nicolae Corjos s-a născut la Hotin, pe 22 mai 1935 şi a absolvit Institutul de Artă Teatrală şi Cinematografică din Bucureşti în 1956.*

*De-a lungul bogatei sale activităţi artistice, polarizate de lumea filmului, a înfiinţat studioul de cinematografie al Conservatorului în anul 1966.*

*Timp de peste un deceniu, începând din 1981, a fost regizor de film documentar la Studioul „Alexandru Sahia", perioadă în care a realizat 50 de filme documentare, printre care „Mănăstirea Văcăreşti" (1989), „Sergiu Celibidache" (1991), „Concursul Internaţional George Enescu" (1992) etc. şi a fost membru al Consiliului Naţional al Audiovizualului între 1995 şi 2001.*

*Personalitate multivalentă, un veritabil polimat, Nicolae Corjos a devenit şi doctor în muzică în 2000 şi a fost profesor universitar la Universitatea „Hyperion" din 1990 până în 2009. Membru al Uniunii Cineaştilor din România (UCIN), Nicolae Corjos a debutat în cinematografia artistică în 1967, ca regizor secund al filmului „Dacii", continuând să fie regizor secund şi la „Ciprian Porumbescu" (1973), „Nemuritorii" (1974) şi „Toate pânzele sus" (serial t.v., 1977).*

*Ca regizor „plin", a debutat în 1979, cu filmul „Ora zero", după care au urmat o serie de pelicule cu mare priză la public.*

*Filmele „Declaraţie de dragoste" şi „Liceenii" au devenit un veritabil fenomen cinematografic al anilor 1980 şi s-au bucurat de o popularitate extraordinară în deceniile ce au urmat.*

Album

# Mozaic cu nuduri fotografice

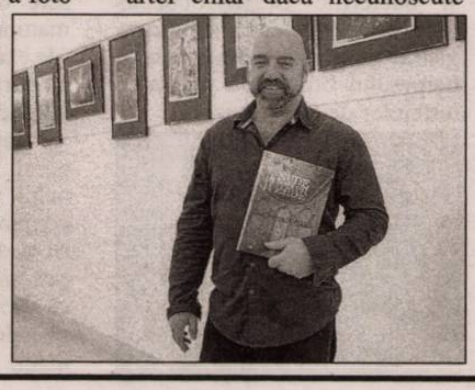
Aminteam într-un număr anterior, atunci când vorbeam despre premiile fotografice ale fotoclubului *Veradinum*, numele artistului fotograf orădean Ovi D. Pop.

Revin acum pentru că la sfârşitul anului trecut Ovi D. Pop a lansat la Filarmonica de Stat, primul său album cu fotografii nud, realizate „pe stradă".

Expoziţia vernisată cu acest prilej cuprinde 50 de fotografii, dar albumul intitulat „Nude in the city" (cum ar veni, *Nudul în oraş)* cuprinde 130 de fotografii fiind editat în condiţii elegante într-un număr de 200 de exemplare. Cu ocazia evenimentului de la Filarmonică, Ovi D. Pop declara pentru Agerpres: „Am făcut fotografii la ore matinale, când nu era lume pe stradă sau în locuri în care să nu deranjez. Ca artist, îmi plac nudurile, deşi este un domeniu foarte greu. Eu fotografiez foarte mult abstract şi mult despre oraşul meu, ideea acestei teme m-a încântat foarte mult".

În general, nudul artistic se realizează în studiouri fotografice, aşa încât ideea artistului orădean mi s-a părut uşor trăznită, dar oricum interesantă. A folosit, după cum mărturiseşte, patru modele pe care le-a fotografiat timp de doi ani în spaţii publice cum ar fi unele zone centrale ale oraşului Oradea, Piaţa Ferdinand, străzile pietonale Republicii sau Vasile Alecsandri, Podul Centenarului, dar şi într-o încăpere din fostul Palat al Finanţelor, o clădire care, după o renovare, va deveni sediul CJ al judeţului Bihor.

Profesorul universitar Dorel Găină de la Universitatea de Arte şi Design Cluj-Napoca şi profesorul universitar Ştefan Gaie de la Facultatea de Arte a Universităţii din Oradea au fost invitaţii lansării albumului de fotografii al lui Ovi D. Pop şi amândoi au simţit nevoia să-l „disculpe" pe artist, aducând argumente arhicunoscute în lumea artei chiar dacă necunoscute pentru destui privitori: „Mi se pare că o celebrare a unei, eu îi spun, întrupări care aduce împreună fiinţa, fiinţarea şi făptura, deci o întrupare care poate renunţa la caroseriile de adăpost, cum este vestimentaţia, este ceva ce ar trebui să fie firesc într-un cadru de excepţie", spunea Dorel Găină pentru Agerpres.



„Proiectul lui Ovi D. Pop este unul extrem de ambiţios, cu o temă dificilă a istoriei artei şi a istoriei fotografiei, pe care a reuşit să o abordeze printr-o perspectivă nouă, punând-o într-un context interesant, anume nudul în oraş".

Întâlnirea lui Ovi D. Pop cu aparatul de fotografiat a avut loc în urmă cu mai mulţi ani, apoi a urmat un curs de fotografie în cadrul fotoclubului orădean *Nufărul* şi ulterior a absolvit un masterat la Facultatea de Arte din Oradea. Ce este excepţional în cazul lui este faptul că în ultimii şase ani, artistul orădean a adunat peste 1.500 de premii şi medalii din zeci de ţări de pe toate continentele. Nu mulţi artişti fotografi se pot lăuda cu acest lucru.

În 2018, alături de artista Adela Rusu, Ovi D. Pop a înfiinţat clubul *Veradinum*, la rându-i recunoscut la nivel internaţional, primind trei distincţii *Best Club* la trei saloane internaţionale şi a ajuns în anul 2020 pe locul 12 în topul mondial al celor mai bune fotocluburi.

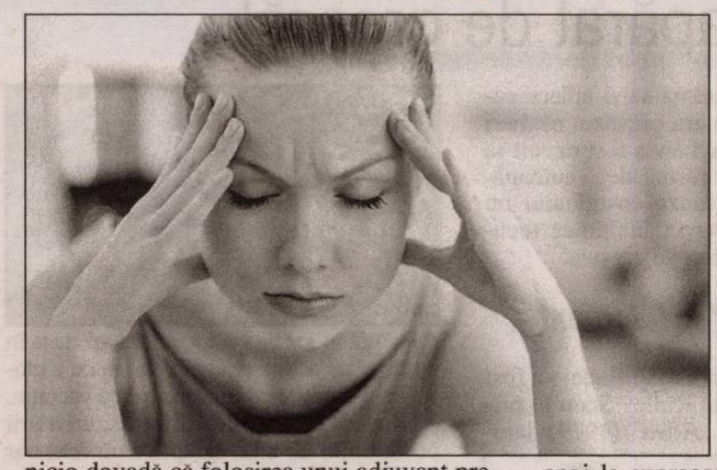
În plus, Ovi D. Pop „a fost nominalizat, în anul 2019, pe locul 9 în lume, la numărul de fotografii color şi monocrom, acceptate şi premiate la saloane şi concursuri de fotografie, într-un clasament realizat de *Photographic Society* of America. Iar în anul de pandemie 2020, a fost clasat pe locul 16 de aceeaşi societate fotografică".

Performanţe greu de egalat într-un domeniu rămas mereu în umbră, dar mereu cu artişti veritabili.

**GEORGE CUŞNARENCU**

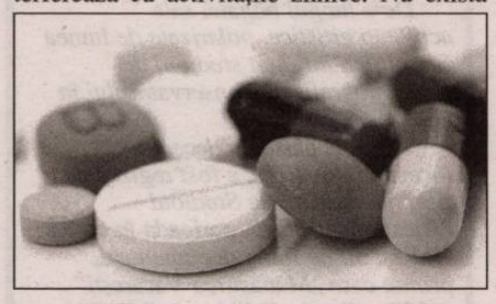
# În lupta cu migrenele

***Pentru a fi diferenţiate de simplele dureri de cap, migrenele sunt descrise de persoanele care suferă de ele ca dureri violente ce le limitează activităţile în perioadele de criză.***



Cât tratamentul de criză este luat mai devreme, cu atât este mai probabil să fie eficient imediat. Iată şi câteva medicamente cu eficacitate demonstrată în asemenea cazuri!

■ Paracetamol, pentru migrene uşoare. Vândut fără prescripţie medicală, paracetamolul este eficient în migrenele uşoare până la moderate, adică un atac care nu interferează cu activităţile zilnice. Nu există nicio dovadă că folosirea unui adjuvant precum cofeina i-ar creşte efectul analgezic.



■ Atacul de migrenă: antiinflamatoare nesteroidiene de primă linie. În timpul unui atac de migrenă, durerea poate fi extrem de violentă, ajungând până la a împiedica orice activitate. Această durere este legată în esenţă de fenomene de inflamaţie şi vasodilataţie ale vaselor cerebrale, în special cele ale meningelui.

■ Ibuprofenul, disponibil fără prescripţie medicală, este eficient în migrene, chiar şi în cele severe. Ketoprofenul se vinde numai pe bază de reţetă şi nu există date care să demonstreze superioritatea acestuia faţă de ibuprofen.

■ Aspirina (acid acetilsalicilic) poate fi utilă şi în caz de migrene. Problema cu medicamentele antiinflamatoare nesteroidiene rămâne toxicitatea lor digestivă. În plus, pacienţii cu migrenă au atacuri recurente. Prin urmare, ei sunt determinaţi să ia o mulţime de medicamente, adesea prin automedicaţie, şi ajung apoi la supraconsum sau supradozaj, toxic pentru funcţia rinichilor.

Saturat cu analgezice, creierul nu mai reacţionează corect la durere. Durerile de cap sunt legate, determinând suferinzii să ia din ce în ce mai multe asemenea medicamente.

Toate analgezicele pot duce la abuz, dar riscul este mai mare în cazul opioidelor (codeină, tramadol, pudră de opiu). De cele mai multe ori, îngrijirea medicală este suficientă pentru a rezolva problema, de exemplu prin introducerea unui tratament de fond care reduce frecvenţa atacurilor.

# Pericolul (ne)numit Triclosan

În ultimii doi ani, utilizarea produselor dezinfectante a explodat şi a crescut şi cea a altor produse de îngrijire personală, cum sunt săpunurile antibacteriene, gelurile pentru mâini, pasta de dinţi, cosmetice etc.

Un ingredient comun al acestora este Triclosanul, care – chiar dacă producătorii articolelor sus-menţionate „uită" să ne atenţioneze – poate avea efecte indirecte devastatoare.

Acesta intră în fluxul nostru sangvin şi se acumulează în ţesuturile organismului uman, ducând la dezvoltarea bacteriilor rezistente la antibiotice.

Există situaţii în care produsele antibacteriene sunt importante pentru utilizare; de exemplu, în spitale şi atunci când nu putem să ne spălăm cu apă şi săpun etc. Dar am devenit o societate, obsedată de produsele pentru distrugerea germenilor, astfel că le folosim în exces.

Nu este ceva neobişnuit să găseşti recipiente cu felurite asemenea soluţii, plasate strategic în case. Apa şi săpunul par să fi fost „surclasate" de aceste geluri pentru distrugerea germenilor şi de săpunuri lichide, dar este oare această alegere una înţeleaptă? Desigur, uneori este necesar un dezinfectant pentru mâini, însă există alternative mai sigure, naturale.

Un raport despre Triclosan al FDA aruncă mai multă lumină asupra faptului că dependenţa noastră recentă de utilizarea constantă a gelurilor şi săpunurilor antibacteriene pentru mâini, cu Triclosan, ar putea ca pe termen lung să ne facă – nouă şi mediului – mult mai mult rău, decât bine!

Triclosanul, la care suntem efectiv supraexpuşi, este un perturbator hormonal şi, cum am arătat mai sus, facilitează dezvoltarea bacteriilor rezistente la antibiotice. Când antibioticele nu mai sunt capabile să omoare bacteriile, acest lucru reprezintă un pericol incredibil de grav pentru noi toţi.

Triclosanul se acumulează în corp prin intrarea în fluxul sangvin şi stocarea în celulele adipoase. El dăunează, de asemenea, ecosistemului general, după ce ajunge în reţelele de canalizare şi în căile navigabile, atunci când îl spălăm de pe mâini.

Gravitatea sporită a acestei probleme vine şi din faptul că se omite deliberat informarea populaţiei cu privire la prezenţa ingredientului respectiv în viaţa cotidiană. Triclosan se află în aproape fiecare produs disponibil pentru noi, inclusiv în jucării din plastic, plăci de tăiat, mouse, pad şi chiar infuzat în unele ţesături!

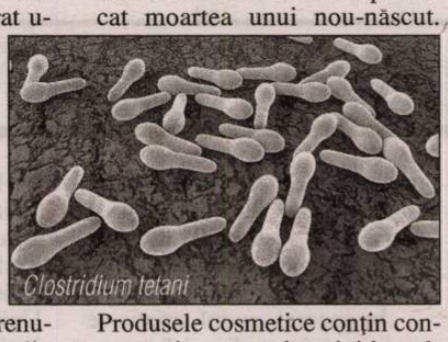
# Nesiguranţa testerelor cosmetice

Frumuseţea artificială, adică acel aspect fizic care nu vine pe cale genetică, naturală, ci prin intervenţii – uneori agresive asupra propriului corp – poate avea un cost mult mai mare decât s-ar gândi cineva. Şi nu neapărat unul în bani. Mai ales că pericolele pot apărea de unde nu vă aşteptaţi.

Probabil fiecare fată a încercat să aleagă un ruj sau un fard de ochi cu ajutorul testerelor dintr-un magazin de cosmetice. Acestea însă nu sunt chiar atât de inofensive. O analiză a acestui aspect în magazine renumite de produse cosmetice din Marea Britanie a dus la concluzii deloc încurajatoare.

Astfel, pe testerele gratuite abundă sporii de mucegai (28%) şi bacteriile *Staphylococcus* (48%). De asemenea, s-au înregistrat cazuri de transmitere a herpesului oral după utilizarea testerelor de ruj de buze.

Microbiologii cunosc legătura dintre produsele de înfrumuseţare şi agenţii patogeni încă de la mijlocul anilor 1940, când pulberea de talc contaminată cu bacteria *Clostridium tetani* a provocat moartea unui nou-născut.




Produsele cosmetice conţin conservanţi pentru a încetini înmulţirea microbilor, dar acestea se pot contamina dacă oamenii folosesc aplicatoare nesterile sau degetele, pentru a aplica produsele ori dacă produsele sunt manipulate şi depozitate prost (de exemplu, produsele ţinute în căldură şi umezeală, cum se întâlnesc în baie).

Baghetele de rimel şi eyelinerul nu doar înfrumuseţează ochii, dar pot provoca iritaţii şi conjunctivite, cauzate de bacterii şi de viruşi, inclusiv de *herpes simplex*. Studiile au arătat că 43% dintre creioanele şi baghetele de rimel conţin contaminanţi.

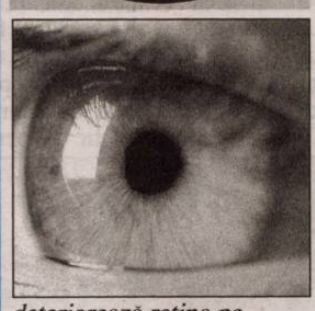
## PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

*Sănătatea noastră se află în farfuria cu mâncare – spune o cugetare al cărei adevăr nimeni nu îl poate contesta. Mai multe alimente şi-au dovedit rolul benefic important în protejarea maculei, acea zonă din mijlocul retinei, deci a ochiului, afectată de degenerescenţa maculară legată de înaintarea în vârstă (DMLV). Este cazul unor elemente precum omega-3, vitamina C şi zincul.*

*Într-un studiu european, două carotenoide au fost asociate unei reduceri – în medie cu 37% – a riscului de a dezvolta o formă avansată de DMLV. Acest lucru se întâmplă, pe de o parte, datorită faptului că aceşti pigmenţi vegetali absorb lumina albastră, cunoscută pentru faptul că*

### Cu ce ne hrănim ochii?



*deteriorează retina pe termen lung.*

*Pe de altă parte, ei au rol de antioxidanţi în procesul de protejare a retinei împotriva stresului oxidativ, care este un factor de generare a DMLV.*

*Carotenoidele respective (luteina şi zeaxanthina) se găsesc în fructele galbene şi portocalii, cum sunt citricele şi în tomate, precum şi în legumele cu frunze verzi, ca spanacul, varza, sfecla. Acestea nu sunt sintetizate de corpul nostru şi de aceea le preluăm prin alimentaţie.*

*Mergând mai departe în această idee, trebuie spus că alimentaţia cea mai potrivită pentru prevenirea DMLV este un regim mediteranean, bogat în fructe şi legume şi care ne furnizează suficientă omega-3 datorită peştelui gras. De reţinut că degenerescenţa maculară legată de vârstă constituie principala cauză de handicap vizual la persoanele de peste 50 de ani.*

Pagină realizată de
**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

# Microbiomul intestinal este cheia spre sănătate, precizează medicina energo-informaţională

***Intestinul gros este cel mai des tratat organ: fiziologic, microbiologic, medicamentos sau chirurgical. În el se reflectă cel mai mult toate trăirile şi psihicul omului. Pentru vindecarea lui este important ca terapeutul să ţină cont de procesele vieţii şi şocurile traumatizante prin care a trecut pacientul.***

Diagnosticarea energetică atestă sau infirmă că microbiomul intestinal (flora intestinală) este în dezechilibru acolo unde sunt probleme de sănătate cronice sau acute. Când microbiomul intestinal este dereglat, prin sânge informaţia energetică atinge întreg organismul, cu alte cuvinte este în dezechilibru energetic.

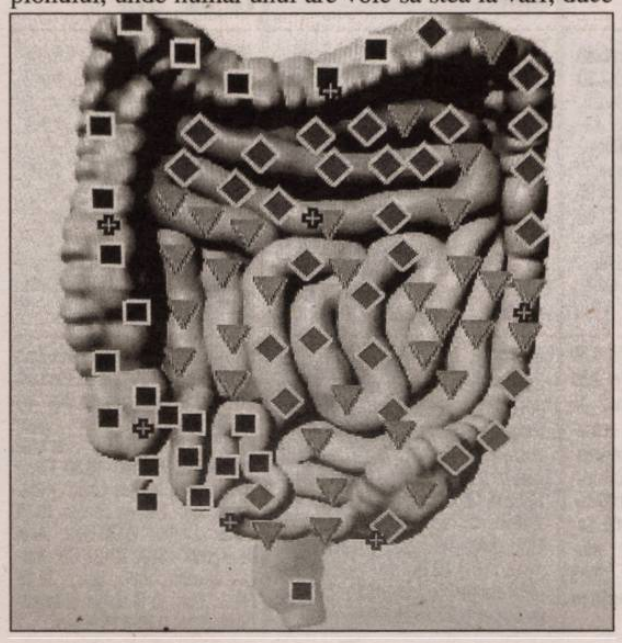
De unde vine „Ordinea" care face ca în organismul nostru să fie totul la locul lor: degetele să fie la mână şi nu la urechi, vârful nasului să arate înainte şi nu înapoi. Totul se întâmplă după un plan bine stabilit, care nu a fost descoperit de om, ci de o „înţelepciune măreaţă", care este o parte din orchestra cu care noi oamenii trăim. Noi venim aşadar, dintr-o energie necunoscută, ca un instrument comandat sub forma unui flux echilibrat, a unei energii curgătoare, o homeostază. Cu toate că ieri, astăzi şi probabil mâine, acelaşi nas este neschimbat şi recunoscut pe o faţă.

Toate celulele corpului, toate ţesuturile organelor, sângele, trăiesc în permanenţă un proces de reînnoire, cu toate că forma se păstrează, conţinutul este nou. Corpul nostru corespunde unei forme în permanentă schimbare, noi avem în permanenţă nevoie de puterea acestei „Ordini" care se numeşte iubire. Ea are puterea de a ne prezenta în lume. Fiecare om care se simte iubit are siguranţa că totul este în ordine. Cu cât trăim mai mult iubirea, cu atât suntem mai mult în echilibru. Iubirea este izvorul din noi care curge şi care ne leagă sufleteşte de alte fiinţe.

Ordinea din organism rămâne în echilibru atâta timp cât suntem în unison cu ordinea exterioară, cu lumea din jurul nostru. Tot ce dereglează echilibrul unui om poate să ducă la îmbolnăvire. Ceva prea mult sau prea puţin duce la blocaje energetice care dereglează energia vieţii. Prea multe impulsuri dezordonate din afară, prea puţină putere ordonată din interior duc la o deraiere într-o direcţie sau alta şi, în final, spre dereglări corporale (boala începe să se instaleze).

Intestinul gros este organul care oglindeşte cel mai bine graniţa dintre lumea exterioară şi cea interioară, are cea mai mare legătură cu lumea exterioară. Afecţiunile intestinului sunt aproape întotdeauna în legătură directă cu depăşirea graniţelor unor probleme sufleteşti.

Într-o societate în care iubirea faţă de aproapele său nu se mai cultivă, ci mai mult cultul învingătorului, campionului, unde numai unul are voie să stea la vârf, duce



la o creştere masivă a populaţiei care crede că face parte din categoria pierzătorilor. Toate aceste sentimente se răsfrâng asupra intestinului gros.

Fiecare afecţiune a intestinului gros strigă la schimbarea felului de a fi a persoanei respective vizavi de viaţă. Civilizaţia noastră industrializată se deosebeşte radical în legătură cu sănătatea intestinului faţă de viaţa simplă pe care o duc alte civilizaţii. Dacă cineva este curios cum funcţionează aceasta, să întrebe o persoană care a primit un diagnostic de cancer cu şanse minime de vindecare. Nimic nu mai este important pentru acea persoană în afară de sănătate. Cine îşi ascultă „vocea internă" se întoarce la felul său adevărat de a fi. Să nu se confunde acest aspect cu egoismul. Este mai degrabă o acceptare că sensul şi izvorul vieţii se află în noi şi că noi suntem în ordine cu viaţa. Când permitem ca această energie să curgă, pot apărea surprize neaşteptate în viaţă şi schimbări în bine care nu pot fi explicate. Suprasolicitările, frica să nu faci faţă aşteptărilor începe aproape înainte de naştere.

Creşte copilul, se măsoară dezvoltarea sa într-o scală, nu este aşa? Începe corectarea! Planul şcolar poate nu corespunde cu ceea ce îl interesează cu adevărat pe copil. Acesta devine depresiv sau hiperactiv, pentru că în loc să-şi manifeste viaţa lui internă este bombardat în permanenţă cu materialul didactic.

Tot mai multe studii dovedesc că stresul dereglează activitatea bacteriilor în intestin, adică microbiomul intestinal, care este de fapt cheia organismului spre sănătate, poate deveni patogen. A readuce microbiomul intestinal în balanţă şi a menţine acest echilibru energetic în organism este salvarea omului de astăzi, un om aflat permanent în stres, atât cu el însuşi, cât şi cu mediul înconjurător. Timpul în care totul se trata cu medicamente a trecut. Timpul în care readucerea organismului la propriul echilibru, adică la vindecare, a început.

Sunt tratamente moderne, fără medicamente de sinteză, fără durere, atât pentru copii, cât şi pentru adulţi, indiferent de vârstă.

**FLORICA MUNTEANU,**
*specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog*

***Pentru mai multe informaţii accesaţi:***
***www.dermavital-med.ro***
***Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968***

***CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3***

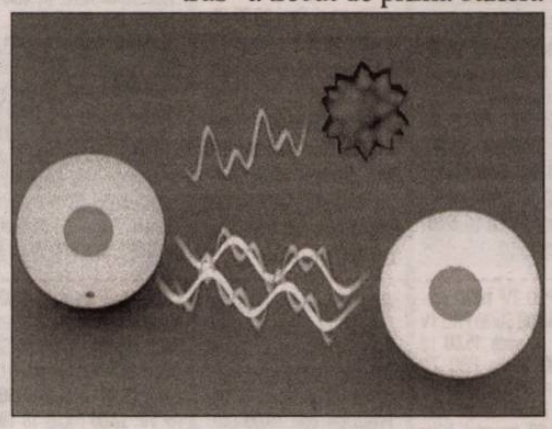
PUBLICITATE

## *Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W*

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este



## TERAPIA 4W
### – zidurile de apărare ale imunităţii înnăscute!

principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

*Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.*

***4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitaţi în 2 rate.***

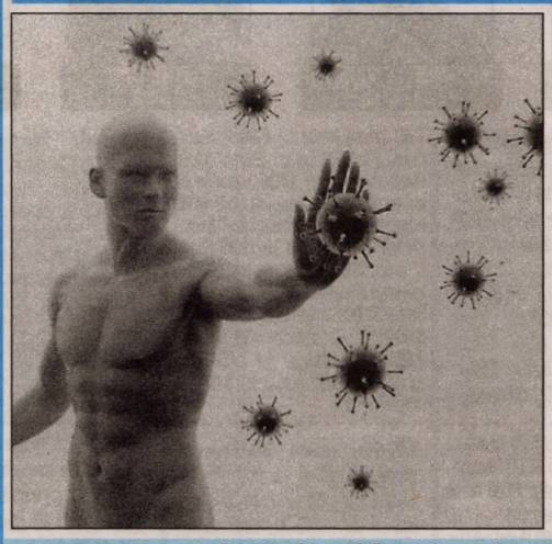
dermaVITAL

covid -19

**tel 0731.871.968 / 021.322.40.04**

**www.dermavital-med.ro**

## NOU!! – card de terapii post Coronavirus!



Centrul German DermaVital vă pune la dispoziţie atât tratamente Post Covid de prevenire a sechelelor ce pot apărea după infecţia cu Covid-19, cât şi tratamente Post Vaccin pentru neutralizarea efectelor secundare ale vaccinului.

Pentru mai multe informaţii accesaţi:

www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

*Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!*

PUBLICITATE

## LUNI – 7 fwbruarie

**TVR 1**

7.00 Telejurnal 7.45-9.39 Schi alpin (F) slalom uriaș manșa 2 9.45 Teleshopping 10.00 România veritabilă (r) 10.30 În grădina Danei 11.00-12.40 Biathlon (F) 15 km individual 12.45 Tribuna partidelor parlamentare 13.15 Telejurnal 13.50-15.00 Sanie (F) manșa 1 15.00 Maghiara de pe unu 15.30-16.40 Sanie (F) manșa 2 17.00 Ediție specială 18.10 Serial: „Prințesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari românce 20.00 Telejurnal 21.00 Referendum cu Mihai Rădulescu 22.50 Drumul spre Torino 23.50-4.59 Reluări.

**PRO•TV**

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 SURVIVOR România 23.30 Știrile PRO 0.00 Film: „Charlie's Angels" (r) 2.30 Superspeed la ProTv (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 3**

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite (r) 23.30 Observator 0.00 Film: „Malavita: O familie criminală" (r) 2.00 Băieți de oraș 3.00-5.00 Reluări.

**PRIMA TV**

7.00 Secretele președintelui (r) 8.00 Focus la prima oră 10.30 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Lumea pe val (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Înșelătorie absolută" (SUA, 2013). Cu: Cuba Gooding Jr., Emmanuelle Vaugier 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Film: „Înșelătorie absolută" (r) 2.00 Serial: „Ringo" (r) 3.00 Flash monden (r) 3.30 Focus (r) 5.00 Exclusiv VIP (r).

**PRO•2**

5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul". Cu: Yusuf Çim 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**

7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.25 Fără prejudecăți (r) 13.54 Documentar 360º-GEO 14.46 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 15.05 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 România... în bucate 17.30 Doc.: „Case și idei" 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 (r) 20.00-23.00 Reluări 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.55 Reluări 6.06 Patinaj artistic.

**PRO•CINEMA**

6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 Film: „Miracles from Heaven" (r) 8.45 Serial: „La Bloc" (r) 11.15 Film (r) 13.45 Film: „Beethoven 2nd" (r) 15.30 Film: „Mizerabilii" (SUA, 1998) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Războiul lui Connor" (SUA, 2006). Cu: Ed Anders, Sage Brocklebank 22.15 Film: „Mașina de bani" (SUA, 2016). Cu: George Clooney, Julia Roberts 0.15 Film (r) 2.00 La Măruță (r) 3.45 Serial (r).

## MARȚI – 8 februarie

7.15 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori (r) 10.00-10.40 Schi fond (F) sprint liber 10.50-11.35 Schi fond (M) sprint liber 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Telejurnal 13.50-15.00 Sanie (F) manșa 3 15.00 Maghiara de pe unu 15.35-16.19 Sanie (F) manșa 4 16.30 Maghiara de pe unu 17.00 Inspiră România 18.10 Serial: „Prințesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari românce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Laleaua neagră" (coprod., 1964). Cu: Alain Delon 0.10-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 SURVIVOR România 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Iron Man 3" (r) 2.00 I like IT 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite (r) 23.30 Observator 0.00 Film: „Rocky V" (SUA, 2006). Cu: Sylvester Stallone 2.00 Băieți de oraș 4.00 Acces direct (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.30 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Răsplata bunului samaritean" (SUA, 2008). Cu: Ian Somerhalder 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Film (r) 2.00 Serial (r) 3.00 Flash monden (r) 3.30 Focus 5.00 Hai cu fetele (r).

5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

6.51 Patinaj artistic — masculin (r) 7.30 Memorialul Durerii (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 (r) 10.30-12.29 Jocurile Olimpice de iarna, Beijing 2022 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Doc.: „Case și idei" 18.00 Ora de știri 19.10 Patinaj artistic masculin (r) 20.00 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 21.00-23.00 Reluări 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.10 Reluări.

6.00 La Măruță (r) 8.00 Film: „Just For Kicks" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Flicka" (r) 14.30 Film: „Annie: A Royal Adventure" (r) 16.30 Film: „Buddy" (SUA, 1997). Cu: Rene Russo 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Ronin" (SUA, 1998). Cu: Robert De Niro 23.00 Film: „Martorul" (SUA, 2002). Cu: Daniel Baldwin 0.45 Film: „Ronin" (r) 3.15 La Măruță (r) 5.00 Serial: „La Bloc" (r).

## MIERCURI – 9 februarie

7.00 Telejurnal 7.45-9.29 Schi alpin (F) slalom manșa 2 9.45 Teleshopping 10.00 Fun urban (r) 10.35 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Telejurnal 14.20-14.56 Sanie dublu (M) manșa 1 15.00 Conviețuiri 15.35-16.14 Sanie dublu M manșa 2 17.00 Banii tăi 18.00 Handbal: Rapid București – Rămnicu Vâlcea 19.30 Mic portret de mari românce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.00 Adevăruri despre trecut 22.30 Istorii ascunse 23.00 Breaking Fake News 0.00-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Imperiul leilor 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „10000 i.H." (SUA, 2008). Cu: Steven Strait, Cliff Curtis, Camilla Belle 2.00 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 iUmor (r) 23.30 Observator 0.00 Serial: „Grand Hotel" 0.30 Observator (r) 4.00 Acces direct (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.30 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Binefăcătorul" (SUA, 2015). Cu: Richard Gere 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Film: „Binefăcătorul" (r) 2.00 Serial: „Ringo" (r) 3.00 Flash monden (r) 3.30 Focus (r) 5.00 Exclusiv VIP (r).

5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Cap compas (r) 8.29 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 10.39 Hochei: România – Elveția 12.10 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Case și idei 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 20.10 Film: „Secretul fericirii" (SUA, 2014). Cu: Ashley Judd 22.00-23.00 Reluări 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.43 Reluări.

5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.15 Serial (r) 11.45 Film: „Les Miserables" (r) 14.30 Film: „Sundays At Tiffany's" (r) 16.15 Film: „Cursa de kartin" (SUA, 2003). Cu: Randy Quaid, Harland Williams 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Agentul" (SUA, 2002). Cu: Wesley Snipes, Lena Headey 22.30 Film: „Pădurea blestemată" (SUA, 2016). Cu: Natalie Dormer, Eoin Macke 0.15-4.00 Reluări.

**ALAIN DELON**
– marți, 22.10 –

**CAMILLA BELLE**
– miercuri, 0.00 –

**MEL GIBSON**
– joi, 23.45 –

**EMMANUELLE VAUGIER**
– luni, 20.00 –

**YUSUF ÇIM**
– luni-duminică, 21.00 –

**ABIGAIL BRESLIN**
– duminică, 20.30 –

**MORGAN FREEMAN**
– sâmbătă, 20.15 –

***„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune***

## JOI – 10 februarie

7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.00-10.30 Schi fond (F) 10 km clasic 10.40 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Vreau să fiu sănătos! (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 15.30-16.38 Sanie ștafetă 17.00 Radar geopolitic 18.10 Serial: „Prințesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari românce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Doc.: „Cosa nostra – De la Palermo la New York" 23.15-7.09 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 MasterChef 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Keanu" (SUA, 2016). Cu: Keegan-Michael Key, Jordan Peele 2.00 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 23.00 Observator 23.45 Film: „Inimă neînfricată" (SUA, 1995). Cu: Mel Gibson, Sophie Marceau 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.30 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Zestrea domniței Ralu" (România, 1972). Cu: Marga Barbu 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Film: „Zestrea domniței Ralu" (r) 2.00 Serial: „Ringo" (r) 3.00 Flash monden (r) 3.30 Focus (r) 5.00 Exclusiv VIP (r).

5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

6.37 Patinaj artistic masculin – 3 – 6 patinatori 7.59 Snowboard cross finala masculin 9.30 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Documentar 360º 15.09 Hochei: Canada – Germania 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 (r) 21.00 Film: „Totul pentru copilul meu" (SUA, 2020). Cu: Emmanuelle Vaugier 22.35 Câștigă România! (r) 23.35 Iarna amintirilor 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.00 Reluări.

6.15 Serial: „La Bloc" (r) 6.45 Film (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Kart Racer" (r) 14.00 Film: „Lassie" (SUA, 1994) 16.00 Film: „Scrisorile Maicii Tereza" (SUA, 2014). Cu: Aiyaz Ahmed, Juliet Stevenson 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Cine sunt?" (SUA, 1998) 22.45 Film: „Prins la înghesuială" (SUA, 2004) 1.00 Film: „Who Am I?" (r) 3.15 La Măruță (r) 5.00 Serial: „La Bloc" (r).

## VINERI – 11 februarie

7.10 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.00-10.40 Schi fond (M) 15 km clasic 11.00-12.10 Biatlon (F) 7,5 km sprint 12.30 Parlamentul României 13.00 Eu pot! (r) 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.00 Cooltura 17.30 Fan/-Fun urban 18.10 Serial: „Prințesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari românce 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Răzbunarea pistolarului" (SUA, 2011). Cu: Peter Coyote, Andrew Walker 0.00-8.40 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Românii au talent 0.00 Film: „Șefa" (SUA, 2016). Cu: Peter Dinklage, Melissa McCarthy, Kristen Bell 2.00 Film: „Șefa" (r) 2.00 Film (r) 4.00 Vorbește lumea (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct cu Mirela Vaida 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 iUmor 23.00 mai mult iUmor 23.15 Film: „Triplu X: Întoarcerea lui Xander Cage" (SUA, 2017). Cu: Vin Diesel, Nina Dobrev 1.30 Film: „Inimă neînfricată" (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.30 Serial: „Ringo" 11.00 Flash monden (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Pădureanca" (România, 1986). Cu: Manuela Hărăbor 22.30 Film: „Răscoala" (Romania, 1965). Cu: Ilarion Ciobanu 0.30-6.00 Reluări.

5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor România (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza!" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00 Survivor: ExtraShow 1.00-4.30 Reluări.

7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a (r) 10.00 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 (r) 10.39 Hochei: Suedia – Slovacia 14.10 Documentar 360º 15.05 Teleșcoala: Clasa a XII-a (r) 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Case și idei 18.00 Ora de știri 19.10-20.00 Reluări 22.00 Rețeaua de idoli 23.00-6.00 Reluări.

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.30 Film: „Încurcături sentimentale" (SUA, 1994). Cu: Steve Martin 16.30 Film: „Aventurile K-9: Legenda aurului pierdut" (SUA, 2014). Cu Luke Perry 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Avem un zoo!" (SUA, 2011). Cu: Matt Damon, Scarlett Johansson 23.00 Film: „Linia morții" (SUA, 2017). Cu: Elliot Page, Diego Luna 1.15 Film (r) 3.45 Apropo Tv 4.45 Serial: „La Bloc" (r).

## SÂMBĂTĂ – 12 februarie

8.45 Serial: „Strop și Balonaș" 9.10 Vorbește corect! (r) 9.35 Vreau să fiu sănătos! (r) 10.30 Europa mea (r) 11.00-12.15 Biatlon (M) 10 km sprint 12.20 Lumea azi 12.55 Ai luat plasă! 13.45 Discover Romania (r) 14.00 Teejurnal 14.30 Ora regelui (r) 15.30 Handbal: AHC Dobrogea Sud Constanța – CS Dinamo București 17.30 Rugby: România – Portugalia 19.30 Mic portret de mari românce 20.00 Telejurnal 21.00 Eurovision 1.10-6.30 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la ProTv 11.00 Film: „Doctor Dolittle" (SUA, 1998) 12.45 Ce spun românii (r) 13.45 Film: „Plan de joc" (SUA, 2007) 16.00 Românii au talent (r) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Equalizer 2: Războiul dreptății" (SUA, 2018). Cu: Denzel Washington, Pedro Pascal, 22.15 Film: „Cincizeci de umbre descătușate" (SUA, 2018) 0.15-4.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.30 Mireasa 15.45 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Film: „Maleficent – Suverana Răului" (SUA, 2019) 22.30 Film: „Hansel și Gretel: Vânătorii de vrăjitoare" (SUA, 2013) 0.15 Film: „Luminile rampei" (SUA, 2014) 2.00-4.00 Reluări.

7.00 Serial: „Ringo" (r) 8.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Starea Nației (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Lumea pe val (r) 12.30 Coloana de direcție 13.00 Serial: „Oportuniștii" 14.00 Film: „Bucătarul detectiv" (r) 16.00 Alege rețeta națională (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.30 Film: „Cursa terorii" (SUA, 2003). Cu: Steven Seagal 22.30 Film: „Dincolo de realitate" (SUA, 2013). Cu: Chad Moffitt 0.30-6.30 Reluări.

5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor Romania (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00 Survivor: ExtraShow 1.00-4.30 Reluări.

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Generația Fit (r) 8.30 Euromaxx 9.00 Motor-Vlog (r) 9.30 Fără prejudecăți (r) 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Descălecați în Carpați 12.29 Sărituri cu schiurile (M) LH manșa 1 (r) 13.59 Sărituri cu schiurile (M) LH finala 14.45-16.45 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 17.00 Frați de viță (r) 17.30 Distracțiile lui Cazacu (r) 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 20.15 Film: „Șoferul doamnei Daisy" (SUA, 1989). Cu: Morgan Freeman 22.10 Serial: „Dragoste și sânge" 23.55-6.00 Reluări.

6.15 Serial: „La Bloc" (r) 6.45 Ce spun românii (r) 8.45 Film: „Mixed Nuts" (r) 10.45 Serial: „La Bloc" (r) 13.00 Film (r) 14.45 Film: „Răzbunare în pijamale" (SUA, 2004) 16.30 Film: „Inimă dulce" (SUA, 2018) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Nuntă cu peripeții" (SUA, 2013). Cu: Amanda Seyfried, Diane Keaton 22.15 Film: „Mereu împreună" (SUA, 2020) 0.30-3.15 Reluări.

## DUMINICĂ – 13 februarie

7.00 Discover Romania (r) 7.15 Pro Patria 7.45-9.49 Schi alpin (M) slalom uriaș manșa 2 10.00 În grădina Dianei 10.30 Viața satului (I) 11.00-11.40 Biatlon (F) 10 km urmărire 11.50 Viața satului 12.00 Viața satului (II) 12.45-13.25 Biatlon (M) 12,5 km urmărire 13.30 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu (r) 15.30 Film: „Drumul lui Wendy" (SUA, 2017) 17.15 Exclusiv în România (r) 18.00 Dosar Romania (r) 19.00 Omul și timpul 20.00 Telejurnal 21.00-6.05 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Doctor de bine 10.30 Umami: al 5-lea gust" 11.00 Film: „Un tătic grozav" (SUA, 1999) 13.00 Apropo Tv 14.00 MasterChef (r) 16.00 Imperiul leilor (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile PRO TV 20.00 SURVIVOR România 23.00 Film: „Thor: Întunericul" (SUA, 2013) 1.15-5.00 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Film: „Pistruiatul: Evadatul" (România, 1986) 14.45 Film: „Ricoșeu" (SUA, 2005) 16.30 Film: „Maleficent – Suverana Răului" (r) 19.00 Observator 20.00 Chefi fără limită 23.30 iUmor (r) 2.00 Film: „Ricoșeu" (r) 3.30 Film: „Pistruiatul: Evadatul" (r) 4.00 Film: „Hansel și Gretel: Vânătorii de vrăjitoare" (r).

7.00 Serial: „Oportuniștii" (r) 8.00 Alege rețeta națională (r) 9.00 Focus la prima oră 10.00 Ora de Profit.ro 11.00 Insider politic 13.00 Serial: „Secretele președintelui" 14.00 Poezie și delicatețuri 16.00 Film: „Bucătarul detectiv 3" (SUA, 2015) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden (r) 20.00 Schimb de mame 22.00 Poezie și delicatețuri (r) 0.00 Insider politic (r) 2.00 Film (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Ora de profit.ro (r).

5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor Romania" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00 Survivor: ExtraShow 1.00-4.30 Reluări.

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.39 Hochei: Finlanda – Suedia 13.10 Film: „În fiecare zi mi-e dor de tine" (România, 1988) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 20.10 Film: „Astă seară dansăm în familie" (România, 1972) 22.10 Film: „Inocenți cu mâini murdare" (coprod., 1973). Cu: Romy Schneider 0.20-5.09 Reluări.

5.45 Ce spun românii (r) 7.45 Film: „Adventures 2: Legend Of The Lost Gold" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film (r) 14.15 Film: „Karate Kid 2" (SUA, 1986). Cu: Pat Morita, Ralph Macchio 16.30 Film: „Legenda lui Johnny Lingo" (SUA, 2003). Cu: George Henare 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Apel de urgență" (SUA, 2013). Cu: Abigail Breslin, Halle Berry 22.15 Film: „Cum să fii singur și fericit" (SUA, 2016) 0.30-3.15 Reluări.

# SEMNALE

Integramă de **M. ALBU**

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| BARA DE SUS LA POARTĂ / O PIESĂ DE RĂSU-PLÂNSU | | CÂMP AGRICOL / LIDER AL MARINEI | | MĂSURA LUI CUZA / FLOAREA OCHIULUI | | ÎNCEPUT DE EMISIE / GAZDĂ BUNĂ | | SEAMĂNĂ CU DIHORUL / ORIENTALĂ | UNA CARE SE ȚINE DE CĂLOMNII / COPIERI |
| | | | | S | | | | | |
| MICUȚUL CUPIDON / ÎMBINĂRI SIMPLE | | | | | | SIMBOL GRAFIC / MEDIU... MARIN! | | | |
| | | | | A | | | | | |
| | | | | | TĂRI SCUMPE / PORTIERE | | | | |
| | | | | L | | | | | |
| SERTAR GOL! / NEAMȚ AUSTRIAC | | SIMPLE ASCENSIUNI / ZGOMOT DE POCĂNEALĂ | | | | | | CAPETE DE TOIAG! / PIESĂ OPTICĂ LA OCHELARI | |
| | | | | A | U | | | | |
| | | | MEȘTER DE PĂHARE / PASTĂ CA MARMELADĂ | | | | | | |
| | | | | T | S | | | L | |
| A RIDICA ÎN SLĂVI PE CINEVA / PERE! | | | | | | A PRIMENI ATMOSFERA / DĂNSELE | | | |
| | | | G | | I | | | A | E |
| | INTRARE ÎN CETATE / OBOSIT LA FAȚĂ | | | ÎN PLEN! / PARTEA DE JOS LA TOCUL UȘII | | | CUI BONT LA TABLE / RĂMAS BUN PENTRU VECIE | | |
| | | T | E | | | | | N | I T |
| ACT CU PECETE / MĂTUROI DE NUIELE | | | | | | | | | SUVERAN SLAV |
| | | | M | P | | | | T | |
| | | | A TIPĂRI DIN NOU O CARTE / ÎN CABINĂ! | | | | | | |
| | | | | R | | | | I | |
| MANTA DE BOIER / FEMEIE DE SUCCES | | | | | | STÂRNEȘTE RĂSUL | | | |
| P | A | L | T | O | N | | | L | |
| | | | | G | | | | A | |

## Umor

☺ *Polițistul:*
*– De ce mergeți cu 160 km la oră?*
*Șoferul:*
*– Nu poate motorul mai mult.*

☺ *Lordul își întreabă valetul:*
*– John, nu s-a întors încă soția mea de la partida de călărit?*
*– Încă nu, Sir, dar cred că trebuie să vină. Calul s-a întors de o jumătate de oră...*

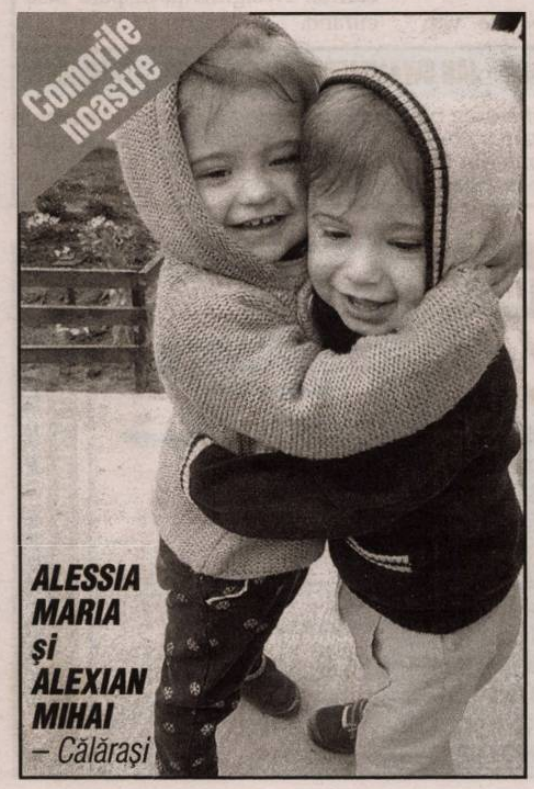
☺ *Doi tipi la închisoare. Primul întreabă:*
*– Câți ani ți-au dat?*
*– 15!*
*– Pentru ce?*
*– Am spart câteva geamuri la serviciu.*
*– Dar unde lucrai?*
*– Pe un submarin...*

☺ *– Nevastă, iar îmi ceri bani să îți cumperi chiloți noi? Ăia vechi, ce au?*
*– Au ieșit din modă, Ioane. Râd toți prietenii tăi de mine.*

☺ *Un băiețel îl întreabă pe tatăl lui:*
*– Tăticule, cât costă să te însori?*
*Tatăl răspunde:*
*– Nu știu, eu plătesc încă.*

☺ *Profesoara scrie pe tablă: 2 - 2 =*
*– Bulă, spune tu care este rezultatul!*
*– Meci nul, doamnă!*

☺ *Soțul către soție:*
*– Ce idioată ești!*
*– Bineînțeles că sunt idioată. Dacă eram căsătorită cu un doctor, eram doctoriță!*




## SUDOKU

jocul săptămânii: 5

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 | | | | | 6 | 5 | | |
| | 6 | | | 3 | | | 4 | 1 |
| | 9 | 2 | | | 1 | | | |
| | 5 | 4 | | | | | | |
| 1 | | | | | | | | 2 |
| | | | | | | 3 | 1 | |
| | | | 6 | | | 2 | 7 | |
| 3 | 2 | | | 4 | | | 6 | |
| | | 8 | 9 | | | | | 5 |

*Soluția în numărul viitor*

*Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 4*

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 3 | 9 | 8 | 5 | 2 | 7 | 4 | 1 |
| 5 | 1 | 7 | 4 | 3 | 6 | 2 | 8 | 9 |
| 8 | 4 | 2 | 1 | 9 | 7 | 3 | 5 | 6 |
| 4 | 7 | 6 | 2 | 1 | 8 | 5 | 9 | 3 |
| 2 | 9 | 1 | 3 | 7 | 5 | 4 | 6 | 8 |
| 3 | 5 | 8 | 6 | 4 | 9 | 1 | 2 | 7 |
| 7 | 2 | 5 | 9 | 6 | 3 | 8 | 1 | 4 |
| 1 | 6 | 3 | 5 | 8 | 4 | 9 | 7 | 2 |
| 9 | 8 | 4 | 7 | 2 | 1 | 6 | 3 | 5 |

**Soluția integramei „POVESTIRI”**

*Orizontal:* M - O - Z - E - G - S - NEASTAMPARAT - RITURI - GATA - FISIC - NARUIT - TO - IMITA - PI - CERC - IAURGII - O - IUTI - IAR - NA - RU - UT - FII - TAMBURINA - R - MAPA - MARAIRI - SERIAL - URAT - BELETRISTICA.

## Verificați-vă cunoștințele! Trandafirul

1. Din ce familie de plante face parte trandafirul?
2. De când datează prima mențiune a trandafirului, păstrată în Grecia Antică?
3. Care au fost cele două familii nobile care s-au înfruntat în „Războiul celor Două Roze” din Anglia?
4. Ce poet și dramaturg irlandez (1854-1900) a scris povestirea „Privighetoarea și trandafirul”?
5. Ce compozitor austriac (1825-1899) a compus valsul „Trandafiri din sud”?
6. Ce pictor român (1868-1916) semnează tabloul „Trandafirii albi”?
7. Cine a realizat, în 1986, filmul „Numele trandafirului”?

*Răspunsurile la întrebările din numărul trecut*

*1) Lupul este răspândit în Europa, Asia și America de Nord. 2) Tatăl lui Fenrir, lupul monstruos din mitologia scandinavă era zeul infernului Loki. 3) Zeul păstor din Caucazul de Nord care permitea lupilor să fure oi pentru a se hrăni se numea Tutyr. 4) Romanul „Lupul de stepă” a fost scris de Hermann Hesse. 5) Tabloul „Vânătoare de lupi și vulpi” poartă semnătura lui Peter Paul Rubens. 6) Muzica operei Freischutz aparține compozitorului Carl Maria von Weber. 7) Filmul „Ultimul lup” a fost creat în regia lui Jean-Jacques Annaud.*

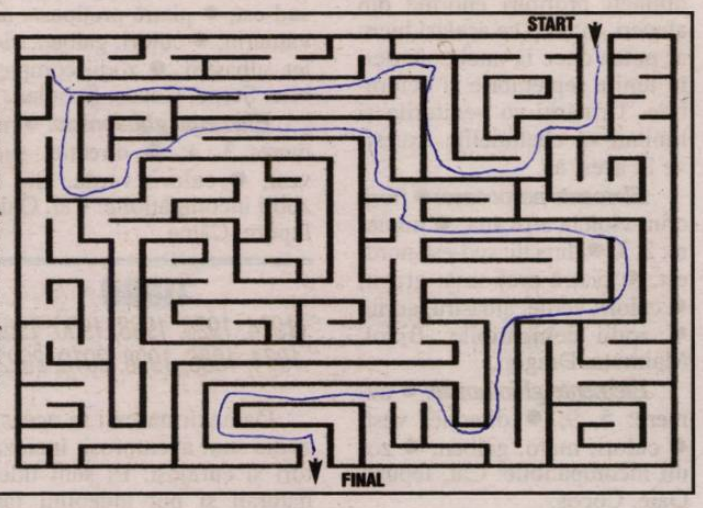
*Poșta cititorilor*

Pentru întrebările cu tema *„Dimineața”* am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

## PERSPICACITATE

*Încercați să rezolvați labirintul.*



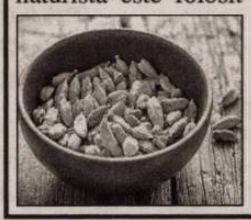

## Sfaturi practice

● Frunzele de gulie se pot folosi la

fel ca și cele de spanac. Sunt la fel de gustoase.

● Franjurii covoarelor se curăță dacă se freacă bine cu rumeguș de lemn îmbibat în oțet de vin.

● Cardamomul, cunoscutul condiment din India, face parte din aceeași familie cu ghimbirul și se folosește la condimentarea preparatelor cu carne. În medicina naturistă este folosit



ca adjuvant în boli digestive sau stări de indispoziție.

● Calcarul depus în vazele pentru flori se poate îndepărta dacă turnăm în ele borș proaspăt. Se înlocuiește în fiecare zi și în câteva zile crusta se dizolvă.

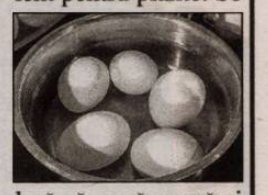
● Laptele nu mai dă în foc, dacă pe fundul vasului în

care fierbe se pune o linguriță de argint.

● Geamurile care se aburesc în anotimpul rece se pot șterge cu o soluție de 100 ml glicerină și 100 ml apă sau cu 100 ml alcool și 100 ml glicerină.

● Mirosul gurilor de scurgere ale chiuvetelor dispare dacă punem în orificiu o bucată de sodă peste care turnăm apă clocotită.

● Apa în care au fiert ouăle este un îngrășământ excelent pentru plante. Se



lasă să se răcească și se toarnă apoi în ghivece. Conține o cantitate importantă de săruri minerale care îngrașă pământul și fortifică rădăcinile.

● Peștele se desărează lăsându-l două ore într-un vas cu lapte.

● Resturile de grisine, biscuiți sărați și sticksuri se adună într-o pungă de plastic. Când strângem o cantitate suficientă, se pisează pe un fund de lemn și astfel vom obține un pesmet condimentat pentru șnițele sau pește pane.

*Pagină realizată de* **IONEL COJOCARU**

# Previziuni zodiac chinezesc 2022

## ȘOBOLAN

*(1912, 1924, 1936, 1948, 1960, 1972, 1984, 1996, 2008, 2020)*

Nativii acestui semn zodiacal sunt inteligenți, amabili și plini de resurse, dotați cu o inteligență extraordinară. Dar, la fel ca un șobolan, sunt timizi și nu au abilități adecvate de comandă și, prin urmare, nu se potrivesc foarte bine pentru roluri de conducere. Curiozitatea și capacitatea lor de a prinde rapid lucrurile îi fac să iasă în evidență față de restul celorlalți.

Conform zodiacului chinezesc al anului 2022, nativii zodiei Șobolan vor parcurge un an al transformărilor. Veștile fericite își vor găsi drumul către dumneavoastră. Cei care lucrează ar trebui să se abțină să se mute în 2022 la un alt loc de muncă. În august puteți să obțineți profituri enorme din afaceri, în timp ce același lucru ar putea duce la unele pierderi în lunile septembrie și octombrie. Urmăriți-vă veniturile și limitați-vă cheltuielile excesive în acest an.

***Elemente norocoase:*** ● flori: crin, violeta africană; ● numere: 2, 3; ● direcții: sud-est, nord-est; ● piatră prețioasă: granit; ● culori: verde, albastru, auriu; ● zodii compatibile: Bivol, Maimuță, Dragon.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 5, 9; ● direcție: vest; ● culori: maro, galben; ● zodii incompatibile: Cal, Iepure, Oaie, Cocoș.

## BIVOL

*(1913, 1925, 1937, 1949, 1961, 1973, 1985, 1997, 2009, 2021)*

Acești nativi sunt credincioși, simpatici, amabili și perseverenți. Datorită personalității lor fidele, vor câștiga cu ușurință încrederea prietenilor și superiorilor lor. Au calități de conducere excepționale și se potrivesc bine pentru a deveni manageri. Le place să-și planifice lucrurile și să urmeze calea potrivită pentru a îndeplini sarcinile.

Nativii Bivol se pot aștepta la schimbări pozitive în domeniul afacerilor, dar vor trebui să muncească din greu pentru a câștiga fiecare ban. Acest lucru nu este deosebit pentru dumneavoastră, deoarece sunteți simbolul muncii grele pentru toate celelalte zodii. Persoanele singure s-ar putea să-și găsească pe cineva până la sfârșitul sezonului estival. Anul acesta este favorabil și din punct de vedere financiar.

***Elemente norocoase:*** ● flori: flori de piersic, lalea; ● numere: 1, 9; ● direcții: est, sud, sud-est; ● piatră prețioasă: acvamarin; ● culori: galben, violet, albastru; ● zodii compatibile: Șarpe, Cocoș, Șobolan.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 3, 4; ● direcție: sud-vest; ● culori: verde, alb; ● zodii incompatibile: Cal, Oaie, Iepure, Câine.

## TIGRU

*(1914, 1926, 1938, 1950, 1962, 1974, 1986, 1998, 2010, 2022)*

Oamenii născuți în această zodie sunt aventuroși, încrezători și curajoși. Ei sunt lideri naturali și pot îndeplini fără probleme orice sarcină. Generozitatea și pasiunea lor sunt cunoscute de oamenii din jur. Știu să se ridice pentru cei slabi și să devină o voce pentru cei fără glas. Nu suportă nedreptatea. Sunt îndrăzneți și răzvrătiți, cu greu vor accepta să primească sfaturi de la alții. În acest an nativii Tigru își vor stabili clar obiectivele și se vor strădui din greu să le atingă, să vadă rezultatele și apoi să se relaxeze. Anul 2022 va fi un an al transformărilor pentru Tigri, care își vor rezolva problemele financiare și personale. Aceste transformări vă vor salva de necazurile care vă macină și vă vor oferi soluții la probleme.

***Elemente norocoase:*** ● flori: anthurium, cineraria; ● numere: 1, 3, 4; ● direcții: est, sud, sud-est; ● culori: albastru, gri, portocaliu; ● zodii compatibile: Șobolan, Bivol, Capră.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 6, 7, 9; ● direcție: nord-vest; ● culori: auriu, maro, argintiu, negru; ● zodii incompatibile: Cal, Iepure, Dragon.

## IEPURE

*(1915, 1927, 1939, 1951, 1963, 1975, 1987, 1999, 2011)*

Nativii zodiei Iepure au câteva obiceiuri comune cu cele ale animalului care îi reprezintă. Sunt blânzi, disciplinați, eleganți și alerți din fire. Ei prețuiesc libertatea și emanciparea, dar odată ce se vor concentra pe un scop, nu vor lăsa nicio piatră neîntoarsă pentru a-și atinge obiectivele. Sunt genul de oameni toleranți cu ceilalți, dar extrem de stricți cu ei înșiși.

Pentru nativii Iepure, anul 2022 le rezervă o mulțime de surprize și schimbări. Vor avea stabilitate în sfera afacerilor și din punct de vedere financiar. În viața personală se vor aștepta la câteva transformări și vor experimenta cu bucurie schimbările. Iepurii vor fi mulțumiți de tot ce se întâmplă în jur.

***Elemente norocoase:*** ● flori: crin, ciclamen; ● numere: 3, 4, 9; ● direcții: sud-est, est, sud; ● piatră prețioasă: perla; ● culori: albastru, roz, violet, roșu; ● zodii compatibile: Oaie, Câine, Porc.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 1, 7, 8; ● direcții: nord, vest; ● culori: galben închis, alb, maro închis; ● zodii incompatibile: Cal, Bivol, Șobolan, Cocoș, Dragon.

*Pagină realizată de*
**CASANDRA**

**ÎN NUMĂRUL VIITOR**

■ La ce se așteaptă arheologii în 2022 ■ Cynane – amazoana macedoneană ■ Gaurile negre pot „naște" stele? ■ Primul genocid al secolului XX ■ Intoleranța la lapte ■ Totul despre filmele de Oscar: Bonnie și Clyde

# HOROSCOP

7-13 februarie 2022

**BERBEC** 21.03-20.04

Sunteți admirați și respectați. Oamenii vă observă talentele și că sunteți capabili de fapte măreațe. Foști șefi, părinți sau oameni cu autoritate din trecutul dumneavoastră ies la iveală și vă ajută să rezolvați o problemă importantă. Succes!

**TAUR** 21.04-21.05

Cât de curând s-ar putea să vă faceți planuri de călătorie pe care le-ați tot amânat. Cineva din anturaj va face o propagandă care nu este adevărată. Poate părea o cauză bună, care vă tentează să o susțineți, însă ar fi bine să nu vă lăsați seduși de aparențe.

**GEMENI** 22.05-21.06

S-ar putea să obțineți un împrumut consistent. Cu toate acestea, ar trebui să fiți vigilenți și să nu vă încredeți în tot. Cercetați, studiați actele, citiți cu atenție și dacă nu pricepeți, întrebați pe cineva care este calificat în acest domeniu.

**RAC** 22.06-21.07

Relațiile cu partenerii sau cu prietenii apropiați revin în atenția dumneavoastră. Deși veți observa cât de calde sunt legăturile, ceva sau cineva stă în calea adevărului. Asigurați-vă înainte de a fi de acord cu ceva important.

**LEU** 22.07-22.08

Vă doriți să fiți cât mai eficienți, dar pentru asta trebuie să munciți din greu. Preocupările dumneavoastră sunt legate de proiecte creative, de socializare și de a vă face copiii fericiți. Secretul reușitei este să aveți încredere în propriile forțe.

**FECIOARĂ** 23.08-22.09

Săptămâna aceasta veți căuta echilibrul între ocaziile sociale, sport, momentele de distracție alături de copii și veți face față unor evenimente legate de casă și de familie. Va trebui însă să vă asigurați că oamenii din jur sunt sinceri cu dumneavoastră.

**BALANȚĂ** 23.09-22.10

În aceste zile veți socializa mai mult ca de obicei cu prietenii și familia. Vă veți întâlni cu câteva rude pe care nu le-ați mai văzut de ceva vreme. Fiți conștienți de faptul că încrederea cu care vă veți afișa ar putea fi tulburată din anumite motive.

**SCORPION** 23.10-21.11

Sunteți fermecători și asta îi atrage pe cei dragi. Nu vă faceți griji că totul poate să se întunece temporar. O posibilă înșelăciune legată de bani vă îngrijorează, dar dacă vă păstrați calmul, faceți față situației fără probleme.

**SĂGETĂTOR** 22.11-21.12

Urmează o perioadă foarte activă, când veți munci din greu pentru a vă promova propriile interese. Nu veți ezita să vă afirmați printre cei din jur. Deoarece sunteți mai activi ca de obicei, relațiile cu apropiații devin ușor sensibile.

**CAPRICORN** 22.12-19.01

Vă simțiți încrezători și veți atrage lucruri bune către dumneavoastră. Sunteți fermecători și sociabili în ochii celorlalți și asta vă dă o anumită încredere în forțele proprii. Ceva care se întâmplă în culise vă va face un pic nervoși. Însă totul trece repede!

**VĂRSĂTOR** 20.01-18.02

În săptămâna aceasta se pare că se întâmplă multe în culise. Este posibil să vă simțiți provocați sau dezamăgiți, ori observați că unii vă pun la îndoială integritatea. Curaj! Norul întunecat de la orizont dispare repede.

**PEȘTI** 19.02-20.03

Mulți oameni din anturaj vor să vă vadă, să vă ceară părerea și vor să fie în compania dumneavoastră. Vă implicați în proiecte alături de persoane creative. S-ar putea să simțiți un sentiment de teamă de a nu face față provocărilor. Nesiguranța dispare însă curând.

Nativul săptămânii: **JAN SWAMMERDAM** (12.02.1637 – 17.02.1680)

*A fost un biolog olandez. Acest nativ al zodiei Vărsător a fost primul care a observat și descris celulele roșii din sânge. A fost și primul om care a folosit microscopul în disecții, iar tehnicile sale au rămas utile sute de ani.*

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noștri opiniile legate de conținutul revistei, apelați numărul de telefon: 0213178965

**Preț abonament**

| PERIOADA | VALOAREA |
|---|---|
| ❑ 1 LUNĂ | 11,00 LEI |
| ❑ 2 LUNI | 22,00 LEI |
| ❑ 3 LUNI | 33,00 LEI |
| ❑ 4 LUNI | 44,00 LEI |
| ❑ 5 LUNI | 55,00 LEI |
| ❑ 6 LUNI | 66,00 LEI |

**Abonamente 2022**

***Începând cu data de 01.12.2021, ca urmare a creșterii taxelor poștale, prețul abonamentelor contractate va fi cel din tabelul alăturat***

● Modalitățile de abonare sunt următoarele:

1 Achitarea printr-un mandat poștal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piața Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

2 Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Prețurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poștală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificați data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poștal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poștei Române (cel târziu în ziua de marți a săptămânii următoare celei de apariție).

**Abonamente 2022**

Pentru informații suplimentare vă rugăm să sunați la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 40 euro sau 48 $,
– 6 luni: 80 euro sau 96 $,
sume virate în conturile societății, enumerate alăturat.

MANDAT POȘTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piața Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea București
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAȚII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1586 • ANUL LXV • 10 FEBRUARIE 2022 • 16 PAGINI • 3 LEI Nr. 6 (3336)

# magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Spectacolul cunoaşterii

„Opoziţia" asteroizilor

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Secretele unui corp tonifiat

Dosarele frumuseţii

Remedii valoroase

Caleidoscop

Moştenitorii unui PARADIS PĂMÂNTESC

*«Cu cât cunoşti mai mulţi şi mai bine oamenii, cu atât înţelegi mai bine de ce Noe a încărcat Arca doar cu animale.»*

*Confucius*

# La ce se aşteaptă arheologii în 2022

**PUBLICAŢIA LIVE SCIENCE FACE O TRECERE ÎN REVISTĂ** a locurilor de mare interes arheologic asupra cărora cercetătorii s-ar putea concentra în acest an.

## *„Oraşul de Aur Pierdut" din Egipt*

În 2021, arheologii au anunţat descoperirea „Oraşului de Aur Pierdut" lângă Luxor, în Egipt, numit „Ascensiunea lui Aton". Descoperirea a generat titluri generoase în presa lumii, dar arheologii au excavat doar o mică parte din zonă.

Conform înregistrărilor istorice, se ştie că faraonul Amenhotep al III-lea avea trei palate în oraş. În 2022, arheologii vor să extindă săpăturile pentru a scoate la lumină mai multe dovezi legate de acest oraş, care ar putea include aceste palate regale sau altele despre care nu se ştie mai nimic. Orice noi descoperiri ar putea aduce dovezi referitoare la unele necunoscute istorice, cum ar fi, de pildă, motivul pentru care fiul lui Amenhotep al III-lea, Akhenaton, a încercat să concentreze religia Egiptului în jurul venerării lui Aton, discul solar, mai degrabă decât asupra panteonului tradiţional al zeilor din Egiptul antic.

Când a fost descoperit, la jumătatea lui 2021, arheologii au afirmat că acest „oraş pierdut al Egiptului"ar fi cel mai mare oraş al imperiului egiptean precum şi „cea mai importantă descoperire arheologică de la mormântul regelui Tut în urmă cu aproape un secol".

Îngropate sub nisipurile deşertului timp de trei milenii, ruinele „Oraşului de Aur Pierdut" datează de peste 3.400 de ani, mai exact, au spus arheologii, de pe vremea domniei lui Amenhotep al III-lea, al nouălea rege al dinastiei a XVIII-a, care a condus Egiptul antic într-o perioadă de aur, de pace şi prosperitate. „Multe misiuni străine au căutat acest oraş şi nu l-au găsit niciodată", declara dr. Zahi Hawass, fostul ministru de stat egiptean pentru afaceri cu antichităţi, într-un comunicat. Cunoscutul arheolog, împreună cu echipa, era în căutarea templului mortuar al lui Tutankhamon când a făcut descoperirea „oraşului pierdut" anul trecut. Zona de excavare este situată în apropiere de Luxor, între templul lui Ramses al III-lea de la Medinet Habu şi templul lui Amenhotep al III-lea de la Memnon.

Dr. Hawass declara anul trecut că ceea ce a ieşit la iveală în urma săpăturilor a fost „locul unui oraş mare în stare bună de conservare, cu ziduri aproape complete şi cu încăperi pline cu unelte ale vieţii cotidiene. Straturile arheologice au rămas neatinse de mii de ani, lăsate de vechii rezidenţi ca şi cum ar fi fost ieri". Foarte interesantă este şi observaţia arheologului Salima Ikram, profesor de egiptologie la Universitatea Americană din Cairo: „Este asemănător unui instantaneu în timp, practic o versiune egipteană a oraşului Pompeii".

Echipa lui Hawass a putut data aşezarea din inscripţiile hieroglifice găsite pe capace de lut ale vaselor de vin şi cărămizi de noroi purtând sigilii ale cartuşului regelui Amenhotep al III-lea. În primele luni de săpături, echipa dr. Hawass a dezgropat mai multe cartiere, inclusiv o brutărie. Printre descoperiri se numără bijuterii, vase de ceramică, amulete de gândaci scarabeu şi unelte de tors, ţesut şi alte activităţi zilnice, oferind arheologilor o privire rară asupra vieţii egiptene antice.

Oraşul a fost cea mai mare aşezare administrativă şi industrială în timpul dinastiei a XVIII-a, când Egiptul antic a atins apogeul puterii sale. Dr. Hawass a spus că oraşul se întinde spre vest, „până la faimosul Deir el-Medina", satul care găzduia artizanii care lucrau la mormintele din Valea Regilor.

Unele dintre cele mai surprinzătoare descoperiri includ scheletul unei vaci sau al unui taur găsit în interiorul uneia dintre camerele oraşului. „Dar şi mai uimitor pare a fi modul de înmormântare a unei persoane găsite cu braţele întinse pe o parte şi cu rămăşiţele unei frânghii înfăşurate în jurul genunchilor", mai amintea dr. Hawass. „Locaţia şi poziţia acestui schelet sunt destul de ciudate şi mai multe investigaţii sunt în desfăşurare". Deci, ne putem aştepta la noi descoperiri în acest an în „Oraşul de Aur Pierdut" al Egiptului.

> DE OBICEI, DESCOPERIRILE ARHEOLOGICE SUNT ANUNŢATE ÎN PREALABIL DE PUBLICAREA UNOR STUDII ÎN REVISTELE DE SPECIALITATE. PENTRU 2022, OAMENII DE ŞTIINŢĂ AU STABILIT CARE AR FI SITURILE ARHEOLOGICE CARE AR PUTEA REVELA CELE MAI INTERESANTE DOVEZI DESPRE TRECUTUL NOSTRU.

## *Săpături la Karahantepe*

Arheologii din Turcia au găsit dovezi că un sit preistoric vechi de 11.000 de ani a fost folosit pentru practici ceremoniale într-un sit numit Karahantepe, situat în sudul Turciei, la est de Şanliurfa. Locul, conform estimărilor experţilor, care adăposteşte şi câteva clădiri, are o vechime de 11.000 de ani, deci cu mult înainte ca scrierea să fie inventată.

În rămăşiţele clădirilor, arheologii au găsit sculpturi cu capete umane, şerpi şi o vulpe, precum şi câţiva stâlpi cu forme interesante. De exemplu, arheologii au descoperit 11 stâlpi lângă o sculptură a unui cap uman. „Toţi stâlpii sunt ridicaţi şi au forma unui falus", a scris Necmi Karul, profesor de arheologie preistorică la Universitatea din Istanbul, într-o lucrare publicată recent în revista *Türk Arkeoloji ve Etnografya Dergisi*, după cum scrie *Live Science*.

În articolul din jurnal, Karul nu a speculat de ce au fost construite capete şi stâlpii în formă de falus sau ce semnificaţie ar fi putut avea. Această clădire este conectată cu alte trei pentru a forma un fel de complex. Este posibil ca oamenii antici să fi organizat parade ceremoniale prin acest complex, afirma Karul. Dovezile actuale sugerează că oamenii foloseau complexul pentru „un proces ceremonial, intrând în clădire de la un capăt şi ieşind la celălalt capăt, fiind nevoiţi să defileze prin faţa capului uman şi a stâlpilor în formă de falus", susţinea Karul în articolul de jurnal. Se presupune că „în loc să fie abandonate, aşezămintele din Karahantepe au fost umplute cu pământ, posibil în timpul unei ceremonii de dezafectare".

Să mai adăugăm că situl din Karahantepe datează dintr-o perioadă similară cu Göbekli Tepe, despre care am scris anul trecut, un alt sit arheologic care adăposteşte clădiri mari şi sculpturi cu animale şi capete umane. Göbekli Tepe este, de asemenea, situat lângă Şanliurfa, iar arheologii încearcă să stabilească relaţia dintre cele două situri. Deşi Karahantepe a fost descoperit în 1997, săpăturile nu au început decât în 2019.

Se pare că cei care au folosit complexul Karahantepe au fost implicaţi şi cu Gobekli Tepe. Dar cine erau acei oameni? Câte locuri de ceremonie au construit? Au construit şi clădiri administrative mari sau case? În 2022, este posibil ca arheologii să poată descoperi indicii care să ofere răspunsuri şi la aceste întrebări.

## *Tunelurile din Qumran*

Arheologii care sapă în apropierea sitului Qumran din Cisiordania – locul unde au fost descoperite *Manuscrisele de la Marea Moartă*, apoi fiind îngropate în peşteri din apropiere – speră ca anul 2022 să aducă noi descoperiri care să facă lumină în mai multe zone rămase în mister ale acestui sit.

Cercetătorii intenţionează să facă săpături într-o peşteră neexploratată anterior şi să continue să investigheze o serie de tuneluri de lângă Qumran. Săpăturile anterioare ale echipei au scos la iveală câteva rămăşiţe fascinante, inclusiv o a 12-a peşteră care a adăpostit cândva *Manuscrise de la Marea Moartă* şi este posibil să auzim de noi descoperiri în 2022, pe măsură ce săpăturile vor continua.

**GEORGE CUŞNARENCU**

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU-MUREŞ

# „Inteligența” corbilor

***Multe culturi europene consideră că aceste păsări sunt întruchiparea răului, dar dincolo de acest simbolism negativ abilitățile cognitive ale acestora pot fi comparate cu cele ale primatelor.***

Este un fel aparte de recunoaștere a inteligenței incredibile a corbilor, dat fiind faptul că în testele la care au fost supuși, ei au obținut rezultate similare cu cele ale cimpanzeilor și delfinilor.

O serie de asemenea încercări puse în practică de Simone Pika cercetătoare în științele cognitive la Universitatea din Osnabrück, Germania, au inclus un joc foarte asemănător cu „alba-neagra”: se folosesc trei cupe, iar sub una se pune un obiect, apoi se mută între ele cupele și se cere ca subiectul să ghicească sub care dintre ele este obiectul. Pentru a menține păsările motivate, obiectul ascuns a fost o alună.

În general, corbii în vârstă de patru luni – „adolescenți”, pentru specia lor – s-au descurcat la fel de bine ca primatele adulte, cu excepția testelor de abilități spațiale. „A fost surprinzător pentru noi. Dar am folosit un model de testare conceput pentru a verifica nivelul de cogniție la primate. Acestea sunt sarcini care pot avea sens pentru copiii umani și pentru marile maimuțe. Însă acum folosim același test pentru o specie mult diferită de cele menționate. Corbii au ciocuri, „comunică cu ciocurile, nu au mâini”, a punctat cercetătoarea, scoțând astfel indirect în

evidență anumite prejudecăți, inclusiv științifice, care plasează în mod automat unele specii pe o poziție superioară și pe altele la niveluri sub capacitățile lor de relaționare cu mediul și cu celelalte viețăți.

Corbii își folosesc ciocurile pentru a indica un obiect către o altă pasăre, asemănător folosirii degetelor de către oameni și pot ține un obiect în sus pentru a atrage atenția altei păsări. Aceste gesturi nonvocale sofisticate sunt utilizate pentru a comunica și în ciuda naturii lor răutăcioase sunt capabili să manifeste empatie, dar există limite clare ale inteligenței lor. *(A.N.P.)*

# Implant bioresorbabil

*Electrostimularea este utilizată de mulți ani în repararea mușchilor și în consolidarea oaselor. Stresul generat de descărcările electrice favorizează creșterea osoasă, imitând acțiunea piezoelectrică a corpului (atunci când este pus sub tensiune, osul produce în mod natural un curent electric slab). Această tehnică necesită însă implantarea chirurgicală și extragerea electrozilor printr-o sursă externă.*

*Pentru a evita această problemă, profesorul de știința și ingineria materialelor Xudong Wang, de la Universitatea Wisconsin-Madison, a inventat un dispozitiv minuscul, subțire și flexibil, autoalimentat și bioresorbabil. Odată ce osul s-a reparat, aparatul se „dizolvă” de la sine în corp.*

*Dispozitivul este alcătuit dintr-un nanogenerator care transformă energia mecanică (mișcările corpului) în energie electrică și se cuplează la o pereche de electrozi care distribuie câmpul electric în os.*

*Toate aceste componente sunt bioresorbabile și fixate pe un suport de acid polilactic coglicoid – un polimer biocompatibil folosit în mod curent în dispozitive terapeutice. Cercetătorii au testat aparatul pe șoareci și au constatat că animalele echipate cu acest dispozitiv s-au recuperat complet după o fractură de tibie în șase săptămâni, mult mai repede decât animalele din grupul martor.*

*Prof. Wang a afirmat că este posibilă adaptarea duratei de viață a dispozitivului, de la câteva săptămâni la mai multe luni, în funcție de fractură, prin modificarea proprietăților materialului.*

*Există o singură limită a respectivei realizări: trebuie păstrată o anumită mobilitate, pentru a se produce energie suficientă. Aceasta înseamnă că terapia în discuție este incompatibilă, de exemplu, cu purtarea temporară a ghipsului.* (A.N.P.)

## Despre verbul „a avea”

*Să vorbim corect!*

O greșeală des întâlnită în limba vorbită este folosirea conjunctivului „să aibe”. Expresia o întâlnim la cei care se exprimă cu o anumită prețiozitate pe care, desigur, o consideră dovadă de cultură.

De fapt terminația persoanei a II-a la singular pentru conjunctivul prezent la conjungările a II-a și a III-a este *ă*. Spunem astfel „să pară”, „să creadă”, „să zică” etc. Așadar forma corectă este *„să aibă”*.

Întâlnim și forma, tot incorectă, „să aivă”, dar aceasta este mai învechită și apare tot mai rar. *(I.S.)*

# Fascinația fosilelor

***O fosilă, constituită dintr-o aripă, a fost găsită într-o haldă de steril din Pas-de-Calais (Franța) și, potrivit unui studiu realizat de o echipă de paleoentomologi, este cea mai veche dintre toate câte s-au descoperit până acum.***

Denumită *Theiatitan azari,* a trăit în urmă cu 310 milioane de ani și își folosea aripile ca mijloc de comunicare. Autorii studiului au stabilit că insecta putea la fel de bine să producă un zgomot asemănător unei pocnituri, cât și să trimită semnale luminoase, dar nu știu deocamdată ce anume comunicau insectele din specia *Theiatitan azari* prin intermediul aripilor.

În acea perioadă din Carbonifer, regiunea unde a fost descoperită, se afla într-o zonă asemănătoare unei păduri dense de astăzi, aproape ecuatoriale, într-un cadru natural format din ferigi uriașe și copaci gigantici, cu o lume animală abundentă, dar încă minusculă.

Dinozaurii au apărut cu peste 100 de milioane de ani mai târziu, iar la sol dominant era regnul micilor vertebrate, reprezentat de șerpi, șopârle și batracieni, alături și de artropode, precum miriapozi uriași. La înălțime, insectele dominau în principal sectorul aerian pentru ca aveau abilitatea să zboare, *Theiatitan azari* fiind una dintre insectele cele mai bine înzestrate pentru a supraviețui.

Această specie a dispărut în urmă cu circa 200 de milioane de ani, odată cu membrii

grupului său, titanopterele. Însă modurile de comunicare pe care *Theiatitan azari* le-a dezvoltat există încă în prezent în grupul înrudit al ortopterelor, din care fac parte și lăcustele, precum și în cel al lepidopterelor, din care fac parte fluturii. Există posibilitatea ca dispariția lor să fi coincis cu diversificarea pterozaurilor, a reptilelor zburătoare care i-au exterminat, eveniment care ar fi putut fi cauzat și de un episod marcat de diversificarea faunei globale.

Pentru titlul de cea mai veche fosilă a unei insecte concurează și fosila unui miriapod uriaș, descoperită în anul 2018 pe o plajă din nordul Angliei, care după trei ani de cercetări este considerată cea mai mare insectă care a trăit vreodată pe Terra. Se estimează că creatura avea o lățime de 55 de centimetri și o lungime de până la 2,63 metri, cântărind 50 de kilograme.

Numită *Arthropleura,* specie ce a trăit aproximativ 45 de milioane de ani pe Terra, este cea mai mare nevertebrată cunoscută până acum, mai mare chiar decât scorpionii de mare antici, care dețineau anterior acest titlu. Datează din perioada carboniferă, în urmă cu aproximativ 325 de milioane de ani. Se presupune că scheletul fosilizat este un segment năpârlit de exoschelet (tegument îngroșat) care s-a umplut de nisip, astfel păstrându-se până în prezent.

**NICUȘOR DINCĂ**

Săptămânalul „Magazin” este editat de

**CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN” S.R.L.**

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerțului București sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: București sector 1, Piața Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

**CONSILIUL DE ADMINISTRAȚIE:**
*ECATERINA BĂTRÂNEANU*
*Președintă*
*GEORGE CUȘNARENCU*
*Administrator*
*NICUȘOR DINCĂ – Administrator*

ISSN 0258-1523

**REDACȚIA:** Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacție: Gabriela Nițu

**PUBLICITATE:** Tel.: 0722.625.622
**DIFUZARE:** Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicușor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

**FINANCIAR-CONTABIL:**
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, București

**COLEGIUL DE REDACȚIE:**
ECATERINA BĂTRÂNEANU
*Președintă a Consiliului de Administrație*
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUȘNARENCU
Redactor-șef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin” S.R.L. Piața Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

*Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material și din punct de vedere juridic, pentru exactitatea și corectitudinea celor relatate. Revista își declină orice responsabilitate.*

**TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:**
„MAGAZIN”
Gabriela Nițu, Rodica Nițu

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

# Privitul excesiv la televizor, risc crescut pentru sănătate

Pe fondul actualei pandemii, milioane de oameni din țările dezvoltate au făcut o nouă pasiune: urmărirea pe parcursul a multe ore de seriale sau filme la televizor. Așa-numita „binge-watching" poate fi utilă pentru a mai alunga plictisul carantinelor prelungite, dar este, avertizează oamenii de știință, și extrem de periculoasă.

Cercetătorii de la Universitatea Bristol atrag atenția că patru sau mai multe ore petrecute non-stop în fața ecranului televizorului cresc semnificativ riscul formării de cheaguri de sânge, cu precădere la persoanele tinere. Potrivit statisticilor, problema care poate apărea, numită tromboembolism venos (VTE) ucide anual mii de oameni, majoritatea cu vârste sub 50 de ani.

Perioadele lungi de inactivitate fizică fac ca sângele să se acumuleze în extremități și să rămână acolo mai mult timp decât este necesar, ceea ce poate duce la îngroșarea lui și la formarea de trombi.

Majoritatea acestor trombi se formează în venele de la picioare – tromboză venoasă profundă – care este de obicei ușor de tratat. Dar mici cheaguri de sânge se pot desprinde și deplasa prin fluxul sangvin către organe precum plămânii, provocând embolisme pulmonare letale în cazul în care nu se intervine rapid. Din acest motiv, de altfel, cei care călătoresc cu avionul pe distanțe lungi sunt sfătuiți să se miște frecvent pe culoarul aeronavei.

Specialiștii britanici recomandă pasionaților de seriale să facă pauze dese – o dată la jumătate de oră, pentru câteva minute de mișcare fizică sau chiar să urmărească filmele preferate pedalând pe o bicicletă medicinală.

# „Opoziția" asteroizilor

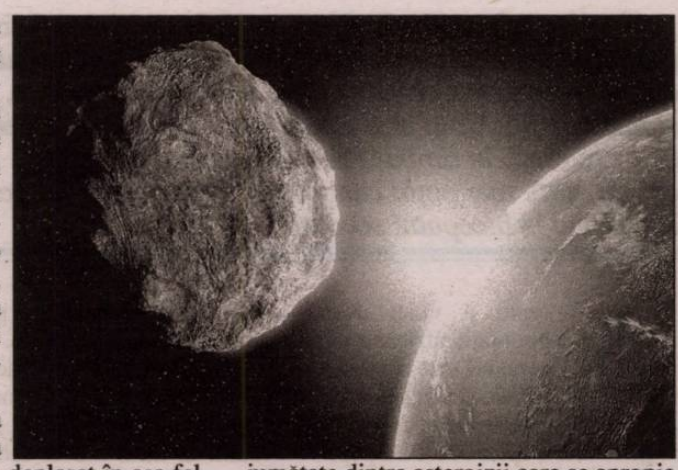
***În ciuda programelor tot mai performante de detectare a asteroizilor, meteoriților și altor obiecte cosmice potențial periculoase pentru Pământ, se pare că unele dintre acestea s-ar putea „strecura" nevăzute, din cauza unei anomalii a rotației planetei.***

Această anomalie face ca asteroizii să pară că se deplasează cu o viteză mult mai mică decât în realitate, ceea ce îngreunează calcularea traiectoriei lor reale.

Avertismentul a fost dat de o echipă de experți finanțată de NASA, care a investigat de ce telescoapele au „ratat" un asteroid cu diametrul de peste 100 m, care în 2019 a trecut pe la o distanță de mai puțin de 70.000 km de Terra.

Bulgărele spațial, numit „2019 OK", a fost primul obiect care a trecut la o distanță atât de mică de planeta noastră (după misteriosul „obiect Tungus", din 1908), dar el a fost observat cu doar 24 de ore înainte de tranzit.

Ceea ce înseamnă că, dacă s-ar fi aflat pe o traiectorie de impact cu Pământul, oamenii nu ar mai fi putut face nimic pentru a-l opri. Iar efectele, arată simulările efectuate pe computer, ar fi fost terifiante, energia degajată la impact fiind de 30 de ori mai mare decât cea a bombei lansate la Hiroshima. Practic, dacă asteroidul ar fi căzut într-o zonă dens populată, ar fi putut provoca milioane de morți și pagube materiale incalculabile.



Asteroidul nu a putut fi detectat la timp din cauză că s-a deplasat în așa fel încât mișcarea lui pe cerul nopții a fost contracarată de mișcarea de rotație a Pământului, dând impresia că obiectul ar avea o cu totul altă traiectorie.

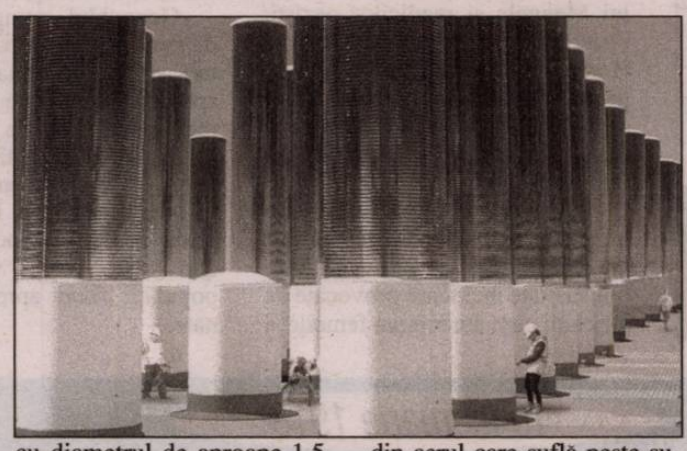
Prin urmare, el nu a atras atenția programelor software de detectare automată a obiectelor cosmice potențial periculoase sau sistemelor de avertizare precum Pan-STARRS1, de la Observatorul Haleakala din Hawaii, trecând efectiv „pe sub radar". Experții atrag atenția că un pericol similar reprezintă aproape jumătate dintre asteroizii care se apropie de Terra dintr-o periculoasă zonă de „opoziție", dinspre est, și care au perioade similare când aparent se mișcă mai lent decât în realitate.

Din punct de vedere astronomic, un asteroid este în opoziție când poziția sa pe cerul nocturn îl plasează de-a lungul unei linii care intersectează Pământul și Soarele. De aceea, specialiștii susțin că este imperios necesară modernizarea telescoapelor computerizate, în așa fel încât ele să țină cont de acest efect.

# „Arborii mecanici", soluție pentru efectul de seră

Potrivit unui proiect desprins parcă din romanele science-fiction, în viitorul nu foarte îndepărtat păduri de arbori mecanici, cu straturi de discuri menite să absoarbă dioxidul de carbon în exces din atmosferă ar putea reprezenta o soluție inedită pentru stoparea încălzirii globale.

Creați de echipa condusă de Klaus Lackner, profesor de inginerie la Universitatea de Stat Arizona, arborii mecanici sunt de mii de ori mai eficienți decât corespondenții lor naturali în captarea de dioxid de carbon.



Practic, ei sunt coloane verticale înalte având discuri cu diametrul de aproape 1,5 m și spațiate la 5 cm unele de altele. Discurile sunt acoperite cu rășini artificiale care captează dioxidul de carbon din aerul care suflă peste suprafața lor. Odată „încărcate", discurile cad într-un recipient etanș, unde dioxidul de carbon este extras și izolat. Spre deosebire de arborii naturali, care pot converti gazul înapoi în oxigen, arborii artificiali pot deocamdată doar să absoarbă dioxidul de carbon, care va fi ulterior folosit la producerea de combustibili sintetici, reducând necesarul de combustibili fosili la alimentarea aeronavelor și autovehiculelor.

Prima fermă de arbori mecanici va fi inaugurată în Arizona chiar în acest an, echipa lui Lackner beneficiind de un grant de 2,5 milioane de dolari oferit de Departamentul Energiei al SUA.

Alte două ferme vor fi construite, în total, cele trei ferme-pilot vor putea absorbi până la 1.000 de tone de dioxid de carbon zilnic – savanții considerând că acesta reprezintă un important pas către echilibrarea nivelului de dioxid de carbon din atmosfera terestră.

# Racheta spațială revoluționară

O firmă aerospațială ar putea revoluționa zborurile cosmice, prin construirea unui avion spațial complet reutilizabil, care să poată decola și ateriza pe o pistă. Radian Aerospace, având sediul la Bellevue, Washington, susține că avionul cosmic va putea fi folosit și pentru curse terestre. Practic o rachetă într-o singură treaptă, denumită Radian One, poate decola și ateriza pe Pământ oriunde există piste aviatice de cel puțin 3 km lungime și poate fi lansat din nou în spațiu la doar 48 de ore de la aterizare.

Compania a primit deja finanțări de 27,5 milioane de dolari, dar experții consideră că realizarea primului avion spațial funcțional ar putea costa aproape 1 miliard de dolari. Creatorii lui Radian One susțin că acesta nu este destinat în principal turismului spațial, ci cercetării științifice, observațiilor astronomice, plasării de sateliți pe orbită și chiar realizării, în spațiu, de noi construcții similare Stației Spațiale Internaționale.

Un zbor standard ar putea include o călătorie în spațiu, realizarea misiunii desemnate, revenirea pe Pământ, realimentarea cu combustibil și pregătirea pentru o nouă lansare, două zile mai târziu.

O asemenea performanță nu este deocamdată posibilă cu actualele vehicule de lansare, inclusiv Crew Dragon, a companiei lui Elon Musk, SpaceX, care au nevoie de câteva luni pentru a pregăti un nou zbor.

„Aripile oferă capacități și permit tipuri de misiune care pur și simplu sunt imposibile actualelor rachete cilindrice, cu decolare pe verticală. Decolarea cu viteze subsonice și ascensiunea pe orbite circumterestre joase oferă avantaje inexistente la actualele navete spațiale și o mai mare siguranță a zborului", spune directorul general al companiei Radian, Livingston Holder, fost angajat la Boeing.

*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**

# Primul genocid al secolului XX

***Deşi astăzi mulţi consideră că Holocaustul ar fi fost primul genocid al secolului XX, au existat, din păcate, episoade similare, chiar dacă de mai mică amploare, şi înaintea lui. Unul ar fi masacrarea în masă a armenilor de către turci, în timpul Primului Război Mondial, dar un altul, mai puţin cunoscut şi practicat tot de germani, a avut loc la începutul secolului, în Africa.***

Acesta a vizat două populaţii africane din actualul stat Namibia, Herero şi Namaqua, care s-au opus colonizării germane. După o revoltă a populaţiei locale, provocată de tratamentul brutal la care era supusă, kaiserul german Wilhelm al II-lea l-a trimis să „pacifice" regiunea pe generalul von Trotha, în fruntea a 14.000 de soldaţi.

Primul ordin dat de acesta a fost ca localnicii Herero să părăsească imediat colonia, „fiindcă nu mai sunt consideraţi cetăţeni germani. Orice Herero care va fi găsit pe teritoriul coloniei va fi împuşcat". Mii de localnici au fost, ca atare, ucişi fără milă. Alte mii au fugit în deşertul Omaheke, dar trupele germane au otrăvit adăpătorile, pentru ca aceştia să moară de sete.



Liderul Witboi

Lucruri şi mai groaznice s-au întâmplat în lagărul de concentrare de pe Insula Rechinului, unde germanii au adus mii de femei şi copii Herero. Timp de doi ani, aceştia au fost obligaţi să muncească în condiţii îngrozitoare, iar aproape trei sferturi dintre ei au murit.

Femeile erau violate, iar pe copii medicii germani făceau experimente anticipându-le pe cele ale lui Mengele şi medicilor naziştii. Peste 3.000 de cranii de localnici Herero au fost trimise la Berlin, pentru ca savanţii germani să le cerceteze, în încercarea lor de a demonstra că africanii sunt o rasă inferioară albilor.

Interesant e faptul că evenimentele şocante din Africa au fost prezentate de presa germană a vremii ca nişte incidente provocate de africanii care ameninţau femeile şi copiii albi – ceea ce era cu totul fals, întrucât rebelii Herero protejau femeile şi copiii.

Propaganda făcută prin ziarele germane, cu desene în care apăreau femei delicate, brutalizate de africani schimonosiţi de ură, a determinat opinia publică europeană să considere justificată reprimarea nemiloasă a „sălbaticilor". Revoltei Herero i s-a alăturat şi o altă populaţie locală, Namaqua, sub conducerea charismaticului lider Witboi. Cele două populaţii se războiseră adesea în trecut, dar acum s-au aliat împotriva cotropitorilor.

Cu ani în urmă, Witboi îi avertizase pe Herero, care acceptaseră să le vândă coloniştilor germani o parte din pământurile lor: „Veţi regreta întotdeauna că aţi avut încredere în omul alb." Witboi a fost ucis într-o luptă cu soldaţii germani, în 1905, dar chipul lui apare astăzi pe bancnotele din Namibia.

Genocidul cumplit declanşat de germani în Africa a durat peste trei ani şi în urma lui, din cei aproape 100.000 de Herero, nu au rămas mai mult de 15.000, schilodiţi, bolnavi, mutilaţi ca o consecinţă a experimentelor şi aduşi în pragul inaniţiei. De asemenea, peste 10.000 de localnici Namaqua şi-au pierdut viaţa, ambele populaţii fiind aproape exterminate.

## Astăzi în istorie

### 10 februarie 1918

## A murit ultimul sultan absolutist, Abdülhamid al II-lea

Născut pe 21 septembrie 1842 la Istanbul, ca fiu al sultanului Abdülmecid I, Abdülhamid al II-lea a venit la tron pe 31 august 1876, după decăderea din drepturi a fratelui său mai mare, Murad al V-lea, pe care medicii îl găsiseră suferind de o boală psihică.

După doar câteva luni de domnie, pe 23 decembrie 1876, Abdülhamid a promulgat o nouă Constituţie imperială, mai liberală, menită în primul rând să atenueze tensiunile cu marile puteri occidentale, îngrijorate de suprimarea sălbatică de către turci a revoltei din Bulgaria, dar şi de succesele obţinute de aceştia în Serbia şi Muntenegru. După conflictul cu Rusia, din 1877-1878, încheiat dezastruos pentru otomani, sultanul a înţeles că nu se poate aştepta la ajutor din partea occidentalilor dacă nu le permite acestora intruziunea în treburile interne ale imperiului. El a demis Parlamentul, care se întrunise în martie 1877 şi a suspendat, în februarie 1878, Constituţia liberală, guvernând absolutist în următorii 30 de ani.

Practic, sultanul s-a izolat total de lumea exterioară, mulţumindu-se să dea decrete şi să numească funcţionari şi generali din palatul Yildiz din Istanbul, asistat de un sistem de poliţie secretă, o vastă reţea de comunicaţii prin telegraf şi o severă cenzură. După ce Imperiul Otoman a fost ciuntit, odată cu ocuparea de către francezi a Tunisiei (1881) şi preluarea guvernării Egiptului de către britanici (1882), Abdülhamid s-a orientat către Germania, ţară căreia i-a făcut importante concesii politice şi comerciale.

Spre a-şi întări domnia absolutistă şi a apărea ca un campion al cauzei musulmane în întreaga lume, Abdülhamid a folosit intens pan-Islamismul. Pe plan intern, a reformat masiv educaţia, înfiinţând numeroase şcoli religioase, dar şi şcoli primare, gimnaziale şi militare.

Totodată, a extins reţeaua de căi ferate şi de comunicaţii prin telegraf. Dar nemulţumirile faţă de regimul său despotic şi resentimentele cauzate de intervenţia europeană în Balcani au provocat revolta militară a Junilor Turci, în 1908, în urma căreia Abdülhamid a fost detronat, fiind înlocuit cu fratele său mai mic, Mehmed al V-lea, care a domnit, pentru scurtă vreme, ca suveran constituţional.

Cele nouă văduve şi cei 13 copii ai săi vor primi în 1930 de la noile autorităţi republicane ale Turciei, despăgubiri de 50 de milioane de dolari pentru proprietăţile imperiale confiscate.

## Trei generaţii de lorzi

Fotodocument

*În această imagine, realizată la un eveniment oficial de la curtea regală britanică, în anii 1950, fostul premier Sir Winston Churchill (1874-1965) apare alături de fiul lui, Randolf Churchill (1911-1968), şi de nepotul lui, Winston Spencer-Churchill (1940-2010).*

## Cynane - amazoana macedoneancă

Asasinarea regelui macedonean Filip al II-lea i-a oferit prilejul fiului său cel mare, Alexandru, să preia tronul. Ca să se asigure că va fi scutit de rivali, prima măsură luată de tânărul suveran a fost eliminarea acestora. Printre victimele acestei răfuieli s-a numărat şi vărul lui Alexandru, Amyntas, căsătorit cu nimeni alta decât o soră vitregă a Cuceritorului, Cynane.

Aceasta a fost una dintre cele mai fascinante femei ale Antichităţii, de o vitejie şi o ambiţie care i-a determinat pe mulţi istorici să o numească „amazoana macedoneancă". Încă de copilă a fost instruită de mama ei, Audata, în „arta războiului", după tradiţia ilirică, şi a învăţat să mânuiască sabia şi suliţa cu mare pricepere.

Mai târziu, a participat la numeroase războaie şi bătălii, într-una dintre acestea ucigând-o cu o suliţă pe o altă regină ilirică. Măritată de fratele ei vitreg, după uciderea lui Amyntas, cu unul dintre aliaţii Macedoniei, Langarus, regele tribului agrianienilor, tânăra s-a debarasat rapid de acesta, devenind din nou văduvă. Istoricii antici nu ne spun ce s-a întâmplat cu Cynane până la moartea lui Alexandru.

Cert este că după dispariţia acestuia, Cynane a intrat iarăşi în cercul puterii. Vicleană şi dornică să se impună, ea a ţesut un plan îndrăzneţ: să-şi căsătorească fiica, pe Adea (rezultată din căsătoria cu Amyntas) cu urmaşul la tron al lui Alexandru – un alt frate vitreg al acestuia, Filip Arhideus, care era „slab de minte", deci nu fusese niciodată considerat un rival de către marele războinic.

Generalii care îşi împărţiseră imperiul după moartea lui Alexandru şi-au dat seama că în spatele acestei mişcări stă dorinţa Cynanei de a guverna în numele ginerelui ei debil, aşa că au încercat să zădărnicească planul. Dar nimic nu putea sta în calea ambiţiei tinerei femei: adunând o oaste în Macedonia, ea a pornit spre Babilon, unde se afla Filip Arhideus, spre a impune căsătoria fiicei ei cu acesta.

Regentul Imperiului Macedonean, generalul Perdiccas, ca şi mulţi alţi generali macedoneni aflaţi la Babilon ştiau că, dacă sora lui Alexandru ajungea la Arhideus, şi-ar fi impus voinţa, iar soarta lor ar fi fost pecetluită. Ca atare, Perdiccas i-a ordonat fratelui său, Alcetas, să iasă în întâmpinarea Cynanei şi să o împiedice cu orice preţ să ajungă la Babilon. Cei doi s-au întâlnit pe malul Hellespontului şi au ieşit în faţa armatelor lor, pentru a discuta.

Pe când Cynane îl umplea de ocăruri pe tânărul macedonean, acesta a răbdat un timp, dar la un moment dat s-a năpustit asupra ei şi a spintecat-o cu sabia. Oroarea iniţială a celor două armate s-a transformat în furie: soldaţii lor l-au obligat pe Alcetas să o conducă pe Adea la Babilon, unde aceasta, tot sub presiunea armatei, a fost căsătorită cu Arhideus.

Visul Cynanei se împlinise după moartea acesteia. A urmat un război fratricid sângeros, iar Adea, care şi-a luat, ca regină, numele de Euridice, a devenit un jucător important în războaiele de succesiune la tronul lui Alexandru, impunându-se, prin abilitatea şi cruzimea sa, alături de mama Cuceritorului, Olimpia. De altfel, aceasta din urmă îi va ucide pe Euridice şi pe soţul ei, Arhideus, pentru a cădea la rândul ei sub sabia generalului Casandru.

*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**

## E bine de știut

Pentru a funcționa normal organismul uman are nevoie de vitamine și minerale în funcție de vârstă.

Astfel, ***zincul,*** în cantitate normală, poate întări sistemul imunitar. În cazul femeilor cu vârste de peste 50 de ani, cantitatea de zinc zilnică recomandată este de 10 mg.

Lipsa zincului din organism este evidențiată în special la persoanele care suferă de diabet, de boli renale și hepatice. Surse excelente de zinc sunt carnea roșie, fasolea, semințele de dovleac și de susan.

E bine de știut că ***magneziul*** insuficient în organism poate duce la apariția bolilor cardiace, la

# Magneziul și bolile cardiace

creșterea zahărului în sânge, dar și la o nervozitate crescută sau la diminuarea atenției și memoriei. Cantitatea zilnică de magneziu recomandată este de 320 mg, iar alimentele bogate în acest element sunt nucile, migdalele, semințele de orice fel și fructele de avocado.

În privința ***calciului,*** medicii recomandă femeilor trecute de 60 de ani, 1200 miligrame zilnic, pentru a menține masa osoasă și pentru a preveni osteoporoza. Dieta trebuie să conțină produse lactate și fructe de mare. Pentru absorbția calciului este necesară ***vitamina D.*** Fără aceasta, calciul nu-și poate îndeplini rolul de întărire a oaselor. În plus, această vitamină scade riscul de apariție a unor boli cardiovasculare. În afara Soarelui, principalul declanșator al sintezei vitaminei D, aceasta există și în unele alimente precum laptele, ouăle, ciupercile, somonul.

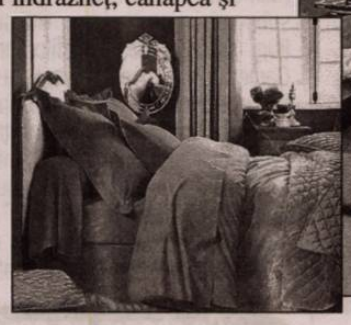
E bine de știut că la fel de necesară este și ***vitamina B12*** prezentă în carne, pește și ouă.

**Dr. ANDY ANDREI**

# Tonicul roșu

„Impertinent" și sexy, roșul, în decorarea interiorului locuinței, aduce căldura sa, făcându-ne să hibernăm în bună dispoziție. Energia vie pe care o emană această culoare se transmite, iradiind din obiectele care o abordează.

În plină iarnă căutăm căldura și lumina sa care ne reconfortează. Este apreciat și pentru dinamismul său. Roșul este asociat cu materiale strălucitoare: un bufet lăcuit, un scaun cu un design îndrăzneț, canapea și fotoliu, perne, carpete, toate în tonuri care iradiază energie.



Roșul, antidotul răcelii, al dimineților mohorâte și al gândurilor negre trebuie să-și găsească locul și în obiectele dumneavoastră de decor. Simbolul plăcerii de a trăi, cel care dă o mină bună la tot ce colorează trebuie să vă devină aliat, dacă nu este deja.

Pentru dumneavoastră, doamnă

# Secretele unui corp tonifiat

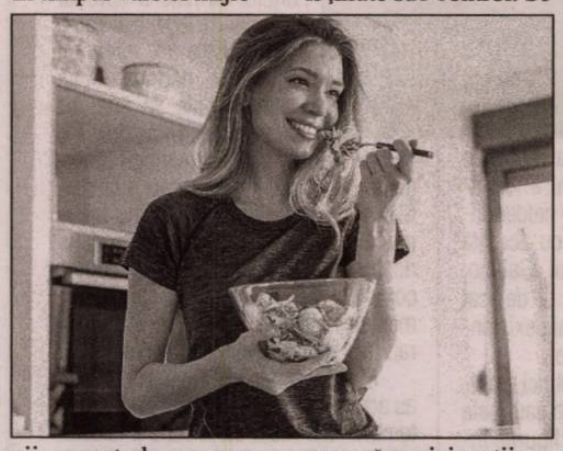
***Persoanele sedentare care au peste 65 de ani pierd aproximativ 1% din masa musculară în fiecare an.***

Orice om care stă întins în pat toata ziua, la un moment dat își va pierde din masa musculară. Dar vârstnicii pot pierde această masă musculară de șase ori mai repede decât oamenii tineri, ne avertizează dr. nutriționist Cristian Panaite.

Un studiu important a avut ca scop analiza efectelor unei diete bogate în proteine (carne, ouă, lactate). Rezultatele studiului au fost uimitoare.

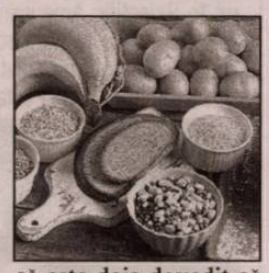
Astfel, persoanele sub 65 de ani care consumă carne, ouă și produse lactate în cantități mari prezintă un risc de 73 de ori mai mare de apariție a diabetului zaharat și a cancerului. Cei care consumă moderat aceste proteine prezintă un risc de 23 de ori mai mare, comparativ cu persoanele care mănâncă numai 50 g de proteine pe zi. Așadar, doar o dietă echilibrată și cu un aport de proteine mic e asociată cu o viață mai lungă.

Rezultatele studiului sugerează și că aportul scăzut de proteine în timpul vârstei mijlocii, urmat de un consum ridicat de proteine pentru vârstnici, poate optimiza durata de viață. Specialiștii au sugerat că oamenii de peste 65 de ani au nevoie de un conținut proteic mai mare. Acest lucru a creat însă o adevărată controversă. Așa că au apărut numeroase studii care au încercat să demonteze această ipoteza și să ofere rezultate care nu confirmă necesitatea unui număr mai mare de proteine pentru persoanele vârstnice.



Un astfel de studiu, efectuat în Japonia, a demonstrat că aceste scăderi ale masei musculare la vârstnici pot fi ținute sub control. Se pare că paricipanții au fost informați cu privire la rezultatele puterii lor musculare, ceea ce i-a determinat pe aceștia, în special pe bărbați, să facă eforturi și să se antreneze, reușind să își îmbunătățească masa musculară.

Așadar, care este soluția, având în vedere că este deja dovedit că bătrânii pierd foarte ușor masa musculară? Este foarte simplu: soluția sunt legumele. Consumul unui număr mare de legume a fost asociat cu reducerea la jumătate a scăderii masei musculare.



Efectul alcalin al legumelor poate neutraliza acidoza metabolică ce apare odată cu vârsta și care facilitează descompunerea musculară. Fasolea și alte legume de acest tip sunt singurele surse majore de proteine care au fost asociate cu o creștere a masei musculare la femeile cu vârste între 18 și 79 de ani.

Așadar, dacă alegem să creștem consumul de proteine după vârsta de 65 de ani, ar fi de preferat ca acestea să aibă la bază plante care ne protejează organismul și musculatura.

## Gastronomice

### Ciuperci cu sos de vin

***500 g ciuperci, 3 cepe, 150 ml ulei, 2 linguri bulion, 100 ml vin alb, 6 ouă, o legătură verdeață, sare, piper.***

*Ciupercile întregi se taie felii, ceapa se taie julien și se călesc în ulei. Când sunt aproape gata se sting cu vin și bulion diluat în apă, se adaugă verdeață, sare, piper după gust și se fierb la foc potrivit aproximativ 20 minute. În sosul care se formează se pun ouăle ochiuri, se mai dă un clocot și se adaugă verdeața tăiată fin.*

### Piept de pui cu sos de smântână

***2 bucăți piept de pui, 2 cepe, 2 linguri făină, 5 linguri ulei, o cană apă, 500 g smântână, pătrunjel verde, sare, piper.***

*Se pune uleiul la înfierbântat, apoi se adaugă pieptul tăiat fideluță și se lasă să se călească bine. Se adaugă ceapa tocată mărunt, se mai călește timp de 5 minute și se toarnă o cană cu apă. Se lasă să fiarbă bine apoi se pune smântâna bătută cu două linguri cu făină, se mai dă două-trei clocote și se adaugă verdeața.*

### Crap cu vin roșu

***Un crap, 75 ml ulei, 200 ml vin roșu, piper, 200 g bulion, o linguriță sare.***

*Se curăță crapul, se spală și se taie în bucăți. Se sărează și se așază într-o tavă, se ung cu ulei bucățile de pește, apoi se dau la cuptor. Când peștele s-a rumenit, se adaugă vinul, piperul și bulionul subțiat cu apă. Se lasă să dea bine în fiert, apoi se scoate din cuptor.*

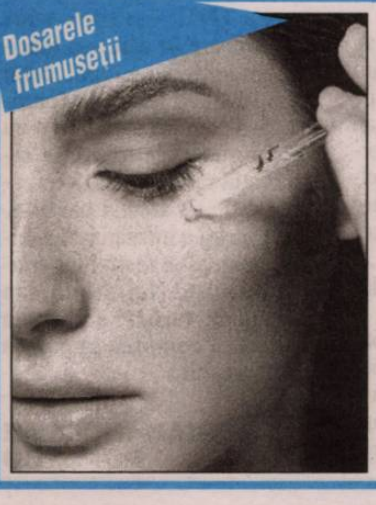
### Prăjitură cu brânză de vaci

***5 ouă, o cană zahăr, coaja de la o lămâie, 200 ml apă minerală, 150 ml ulei, 1 praf de copt, sare, făină.***

*Umplutura: **500 g brânză de vaci, 150 g zahăr, 2 linguri griș, 2 ouă, coajă de portocală rasă.***

*Albușurile se bat cu zahărul ca la bezea, se adaugă pe rând coaja de lămâie, uleiul, praful de copt, gălbenușurile frecate cu sare și apa minerală și se mixează foarte bine după fiecare. La urmă se pune făină până ce aluatul capătă consistența unui chec. Umplutura se prepară din brânză care se amestecă bine cu zahărul, grișul, ouăle și coaja de portocale. Într-o tavă tapetată cu ulei și făină, se pune aluatul iar peste el se adăugă cu o lingură grămăjoare din umplutură și apoi se dă la cuptor, la foc moderat. După ce s-a copt, se pudrează deasupra zahăr farin vanilat.*

Dosarele frumuseții



# Remedii valoroase

Apreciate și astăzi pentru calitățile lor speciale, uleiurile vegetale sunt folosite în cosmetică încă din Antichitate.

- ***Uleiul de măsline*** extravirgin poate fi folosit în tratarea tenului și a pielii uscate și ridate. Se aplică singur sau împreună cu cremele obișnuite de față și de corp.
- ***Uleiul de cocos*** poate fi folosit pentru îngrijirea pielii deshidratate sau descuamate de pe mâini și picioare. Protejează și calmează pielea iritată.
- ***Uleiul de migdale,*** deosebit de emolient, repară și hrănește pielea, fiind potrivit pentru orice tip de ten. Se folosește cu succes și pentru zona din jurul ochilor.
- ***Uleiul de jojoba*** hidratează, fiind compatibil cu orice tip de piele. Reface pielea și atenuează ridurile din jurul ochilor.
- ***Uleiul din sâmburi de struguri,*** fin, se absoarbe ușor și este potrivit pentu orice tip de ten, inclusiv pentru cel gras sau mixt. Este excelent împotriva ridurilor din jurul ochilor.
- ***Uleiul din sâmburi de caise*** este potrivit pentru toate tipurile de ten. Se absoarbe ușor și se situează printre cele mai eficiente uleiuri antiîmbătrânire. Revigorează pielea lipsită de fermitate din zona decolteului sau a gâtului și diminuează ridurile din jurul ochilor.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

# După patru ani

***Pe 16 decembrie s-au împlinit patru ani de la faimosul articol, apărut în „The New York Times", care dezvăluia că Pentagonul cheltuise (fără succes) 22 milioane de dolari, într-un proiect secret, pentru a afla ce sunt de fapt OZN-urile (sau UAP-urile, abreviere pentru Unidentified Aerial Phenomena), cine le-a fabricat şi dacă industria militară poate reproduce performanţele lor. Aceasta după ce aproape 50 de ani negase vehement că ar fi interesată de subiect. În plus, articolul era însoţit de trei videoclipuri dramatice, recunoscute ca autentice, cu întâlniri OZN, ca şi de depoziţii ale unor martori militari importanţi.***

Încei patru ani scurşi de atunci, s-a încercat muşamalizarea problemei, dar în zadar. Treptat dezvăluirile au declanşat o serie de informări secrete adresate membrilor Congresului SUA. Rezultatul a fost o desfăşurare de evenimente pe care cred că merită să o rezum, în câteva episoade, pe această pagină, cu întâmplările şi comentariile, din ce în ce mai serioase, din ultimele câteva luni.

Ca urmare a solicitării Congresului, Directorul de Informaţii Naţionale (DNI), Avril Haines a distribuit, la 25 iunie 2021, un raport public de 9 pagini, intitulat „Evaluare preliminară: fenomene aeriene neidentificate". Legislatorii din comisiile de informaţii şi ale serviciilor armate din Congres au primit o versiune clasificată de 17 pagini, care, împreună cu informările anexate, totaliza 70 de pagini.

În Raport se afirma că din 144 fenomene aeriene neidentificate, văzute din 2004, 143 au rămas neexplicate. Dintre acestea, 21 de rapoarte, care implică 18 episoade, au demonstrat posibil cunoştinţe tehnologice necunoscute Statelor Unite, cum ar fi obiecte care se deplasează fără propulsie observabilă sau cu o acceleraţie rapidă despre care se crede că depăşeşte capacităţile oricărei naţiuni terestre.

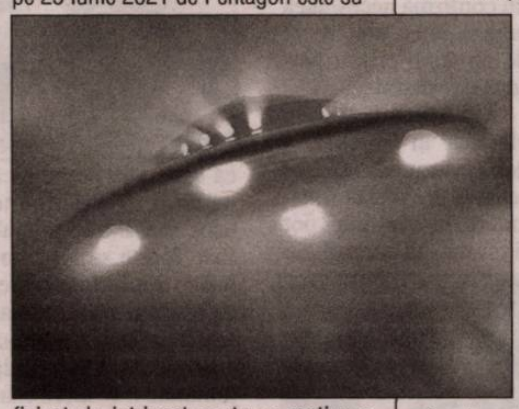
S-a mai spus acolo că armata şi agenţiile de informaţii nu au suficiente informaţii pentru a trage concluzii ferme cu privire la originea fenomenului, dar oficialii guvernamentali au spus în privat că, în informaţiile colectate, nu există dovezi ale vreunei tehnologii avansate ruseşti sau chinezeşti în uz. Desigur, ipoteza extraterestră nu putea fi adusă în discuţie.

Secretarul adjunct al Apărării, Kathleen Hicks, a îndrumat la vremea aceea ramurile militare şi alte organizaţii să recomande „îmbunătăţiri ale procesului" de colectare şi analiză a unor astfel de date şi pentru „a elabora un plan de oficializare a misiunii".

## Mesaje neînţelese

Nu este sigur că toţi liderii militari au înţeles mesajul. De pildă, peste puţin timp, secretarul Forţelor Aeriene Frank Kendall a spus că nu este convins că UAP-urile sunt o problemă suficient de serioasă pentru a-i da atenţie. „Nu consider că aceste fenomene care au loc sunt o ameninţare iminentă pentru Statele Unite sau pentru rasa umană", a spus el, ca răspuns la o întrebare a publicaţiei POLITICO. „Ar trebui să văd dovezi că a fost ceva demn de atenţia Forţelor Aeriene ale Statelor Unite, ca o ameninţare... Sarcina noastră este să protejăm Statele Unite împotriva ameninţărilor... Avem o mulţime de ameninţări cunoscute şi lucrăm foarte mult pentru a proteja Statele Unite împotriva lor. Aş dori să mă concentrez asupra acestora." Cu toate acestea, el a spus că dacă i se va cere să urmărească fenomenul, o va face.

Unul dintre rezultatele raportului a fost acela de a face discuţia despre UAP mai respectabilă în ochii unor oameni de ştiinţă, jurnalişti şi parlamentari, printre alţii. De exemplu, pe 6 august, Institutul American de Aeronautică şi Astronautică (AIAA) a găzduit un forum despre UAP - primul cu acest subiect din anii 1970. Într-un eseu apărut în Scientific American pe 26 iulie, astronomul de la Harvard Avi Loeb a scris: „Raportul prezentat Congresului pe 25 iunie 2021 de Pentagon este suficient de intrigant pentru a motiva o investigaţie ştiinţifică, pentru a identifica fenomenele sale aeriene neidentificate (UAP)". El a anunţat, cu această ocazie, lansarea proiectului Galileo, finanţat din fonduri private şi dedicat căutării dovezilor tangibile ale existenţei tehnologiilor extraterestre.



Desigur, scepticii îndărătnici continuă să creadă că majoritatea sau toate observaţiile, inclusiv videoclipurile înregistrate de camerele de pe avioanele militare de luptă, ar putea fi explicate prin iluzii optice sau prin fenomene naturale, ceea ce este şi o invitaţie la adâncirea cercetărilor în acest domeniu.

La câteva săptămâni de la publicarea raportului DNI, pe 4 august, SSCI (Comisia bipartită pentru Informaţii a Senatului SUA) a aprobat un proiect de lege privind autorizarea serviciilor de informaţii pentru anul fiscal 2022 (S. 2610) care conţine un text adresat DNI şi Secretarului Apărării, prin care „Solicită fiecărui element al comunităţii de informaţii şi Ministerului Apărării care deţin date referitoare la fenomene aeriene neidentificate să pună aceste date la dispoziţia grupului de lucru privind fenomenele aeriene neidentificate şi a Centrului Naţional de Informaţii Aeriene şi Spaţiale" (NASIC). (NASIC este o componentă a Forţelor Aeriene ale Statelor Unite.). Se pare că a fost prima dată când o comisie a Congresului a introdus un proiect de lege care se referă explicit la fenomene aeriene neidentificate, obiecte zburătoare neidentificate sau orice alt termen echivalent.

Este dezamăgitor, totuşi, că textul SSCI nu prevedea nicio raportare publică neclasificată în viitor şi, în schimb, opta pentru actualizări trimestriale clasificate destinate serviciilor armate şi comisiilor de informaţii ale Camerei şi Senatului Statelor Unite. Comisia omologă a Camerei a inclus un text foarte asemănător în versiunea sa a legii.

Pe 30 august, Comisia de Servicii Armate a Camerei Reprezentanţilor a urcat miza printr-o prevedere UAP iniţiată de reprezentantul Ruben Gallego (democrat de Arizona), preşedintele subcomisiei pentru informaţii şi operaţiuni speciale ale serviciilor armate a Camerei. Propunerea sa depăşea cu mult tot ceea ce fusese oferit public înainte şi care era mult mai îndrăzneaţă decât cele două propuneri ale Comisiei de Informaţii. El cerea crearea unui birou permanent pentru UAP în cadrul biroului Secretarului Apărării, care să înlocuiască actualul grup operativ UAP.

## Ce zboară pe cer?

Biroul ar avea şapte „atribuţii" specifice, inclusiv cea de „sincronizare şi standardizare a colectării, raportării şi analizei incidentelor referitoare la fenomene aeriene neidentificate în cadrul Ministerului Apărării", „coordonarea cu alte departamente şi agenţii ale guvernului federal" şi „coordonarea cu aliaţii şi partenerii Statelor Unite, după caz, pentru a evalua mai bine natura şi amploarea fenomenelor aeriene neidentificate". Într-un comunicat de presă emis pe 1 septembrie, ziua în care Comisia Forţelor Armate a aprobat proiectul de lege, Gallego a spus: „Este în interesul securităţii naţionale ale Statelor Unite să ştim ce zboară pe cerul nostru. Fie că este vorba despre tehnologii emergente, ale concurenţilor sau adversarilor strategici, sau de fenomene aeriene de origine necunoscută, personalul nostru militar trebuie să aibă o imagine completă de informaţii, ca şi instrumentele necesare pentru a răspunde rapid la aceste potenţiale ameninţări."

Membrii Camerei Reprezentanţilor au adoptat proiectul de lege pe 23 septembrie fără nicio contestare a textului privind UAP. A fost prima dată în istorie când o cameră a Congresului a adoptat o legislaţie de fond care se referea în mod explicit la „fenomene aeriene neidentificate" sau la OZN-uri.

Gallego, într-un interviu cu reporterul POLITICO Bryan Bender, publicat pe 25 septembrie, şi-a exprimat nemulţumirea profundă faţă de nivelul de atenţie acordat în prezent UAP-urilor, de Pentagon, spunând: „Cred că a existat un fel de hobby parţial al celor care caută curiozităţile din cadrul Departamentului Apărării, dar nu a existat nicio iniţiativă profesionistă în structurile apărării... astfel încât să putem lua decizii deliberate şi informate."

Propunerea lui Gallego, şi aprobarea ei rapidă şi necontestată de către întreaga Casă, a generat un oarecare entuziasm în rândul multor elemente ale „comunităţii OZN", dar şi unele critici, mai ales că propunerea lui Gallego nu prevedea viitoare rapoarte publice neclasificate despre UAP-uri.

Dar acesta a fost doar începutul. Continuarea în episoadele viitoare.

*Pagină realizată de*
**DAN D. FARCAŞ**

# Legenda omului-molie

Cinefilii cunosc excelentul thriller hollywoodian, vizionat şi la noi, cu titlul „Profeţiile omului-molie" (2002, cu Richard Gere şi Laura Linney). Filmul se bazează pe cartea cu acelaşi titlu a jurnalistului John Keel (publicată în 1975), care include investigaţiile acestuia referitoare la cazul în speţă.

Autorul relatează apariţiile stranii ale unei creaturi monstruoase uriaşe, cu aparenţă humanoidă, dar având aripi. Devenite rapid subiectul unui gen de legendă urbană, presupusele mărturii acreditează fiinţa botezată Mothman cu capacitatea neobişnuită de a prevesti întâmplări nefericite din viitorul apropiat.

Mothman a fost văzut prima dată în anul 1966, în statul american Virginia de Vest. Într-o noapte, două cupluri de prieteni – Roger şi Linda Scarberry şi, respectiv, Steve şi Mary Mallette – făceau împreună o plimbare nocturnă, trecând astfel pe lângă o uzină dezafectată. La un moment dat, deasupra unei cisterne ruginite au zărit cu toţii două lumini roşii, ca două flăcări vii.

Intrigaţi de imaginea neclară ce nu-şi avea locul în acea incintă pustie, s-au apropiat să vadă despre ce putea fi vorba. În secundele următoare s-au îngrozit să constate că straniile lumini erau de fapt ochii unei făpturi terifiante, cu o talie foarte mare.

Fără să stea pe gânduri, au fugit cu maşina, rulând pe şoseaua 62 cu 100 de kilometri la oră, flancaţi de monstrul care i-a urmărit cu uşurinţă până în apropierea oraşului Point Pleasant, unde i-a abandonat.

Tot mai multe apariţii au fost semnalate în zona Point Pleasant în anul următor, pe măsură ce legenda Mothman prindea contur. Au fost raportate opt relatări ale unor incidente asemănătoare, dintre care doi pompieri voluntari au declarat că au văzut „o pasăre foarte mare cu doi ochi roşii".

Un fost pilot de vânătoare a declarat că fusese depăşit în plin zbor de o creatură mai mare decât avionul lui. „Dacă ar fi vrut, sigur m-ar fi putut lua în gheare ca să mă ducă aiurea", s-a exprimat bătrânul, încă îngrozit.

Aproape toate apariţiile lui Mothman au fost semnalate în apropiere de Point Pleasant, din 1966 până pe 15 decembrie 1967 – ziua prăbuşirii Podului Silver Bridge, când au murit 46 de oameni, eveniment atribuit ulterior unui lanţ de suspensie defect.

Începând de la acea tragedie ireala fiinţă a fost considerată un fel de profet care încerca să îi avertizeze pe localnici în legătură cu nenorocirea ce avea să se producă. Iar astăzi, ca un ecou neobişnuit al acelor evenimente, aceeaşi creatură e considerată protectoare a oraşului Point Pleasant.

După momentul sus-menţionat, apariţiile „omului-molie" au devenit tot mai rare. În ziua prăbuşirii turnurilor World Trade Center din New York, pe 11 septembrie 2001, mai mulţi martori au raportat prezenţa „omului-molie" în apropierea locului tragediei. Mai mult, fotograful Steven Moran, care participa la realizarea unei emisiuni pentru canalul WTC despre operaţiunile de salvare desfăşurate pe Greenwich Street, a surprins monstrul într-un cadru, însă niciodată experţii nu s-au pronunţat asupra autenticităţii imaginii.

Dr. Robert Smith, profesor asociat de biologia vieţii sălbatice, a respins ideea unui „monstru" zburător şi a atribuit relatările unei „macarale de nisip", pasăre cu o înălţime comparabilă cu a unui om şi având culoarea roşu-aprins în jurul ochilor. S-a emis ipoteza că această pasăre a suferit transformări ca urmare a contractului cu „zona TNT" – o zonă acidă cu buncăre în care s-a fabricat muniţie în timpul celui de-al Doilea Război Mondial. S-a sugerat astfel că s-au scurs materiale toxice în rezervaţia sălbatică din vecinătate, care au afectat păsările.

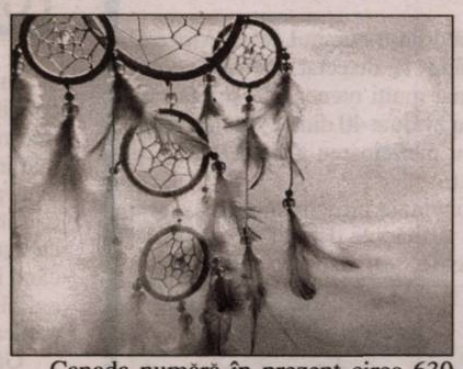
Oraşul a îmbrăţişat legenda, muzeul şi festivalul anual dedicate lui Mothman atrăgând turişti din toată lumea ce continuă să creadă în acest mit.

**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

# Moştenitorii unui Paradis pământesc

***Populaţiile native ale continentului nord-american, deşi împărţite în numeroase triburi, au păstrat de-a lungul istoriei lor – până la invaziile şi masacrele europenilor – un mod de viaţă incredibil de echilibrat, de curat, în deplină armonie cu natura.***

În special universul lor spiritual înglobează o înaltă forţă de atracţie, care astăzi supravieţuieşte pe alocuri doar în legende.



## Pe aripile vulturului

În spiritualitatea autohtonilor *(ojibwe,* la origine) există un obiect ritualic particular, care are rolul şi capacitatea bizară de a „filtra" entităţile ce se apropie de om prin intermediul viselor, venind din lumile nevăzute „de sus" sau „de jos" – divine ori malefice.

Cele bune sunt lăsate să treacă, iar cele rele (coşmarurile), sunt îndepărtate şi chiar distruse. Aşa-numita capcană pentru vise este un dar primit de om de la o divinitate întruchipată de un păianjen, iar transmiterea ei a supravieţuit colonizării, adversităţilor şi agresiunilor din afară.

Canada numără în prezent circa 630 de comunităţi (aşa-numitele Prime Naţiuni) care mai vorbesc vechile limbi native, pe lângă metişii şi inuiţii din Marele Nord. Acum mai puţin de 500 de ani, când străinii au început decimarea oamenilor şi a civilizaţiilor autohtone, triburile controlau teritorii vaste, aveau o ştiinţă, o cultură şi o spiritualitate specifice, deseori deturnate ulterior de la tradiţii printr-un proces agresiv de evanghelizare.

Totuşi, un anume mod de a rezista tocmai prin aceste tradiţii se poate distinge cu un oarecare efort cultural. De pildă, se cunoaşte că vulturul figurează printre efigiile de animale cele mai venerate în spiritualitatea nativilor, acesta devenind şi o efigie a Statelor Unite, cunoscută în toată lumea.

## Între lumi fără graniţe

Pretutindeni în lume, primele populaţii au avut religii polimorfe. Nativii nord-americani practicau ceea ce oamenii de ştiinţă numesc animism, venerând spiritele existente în fiecare vietate, fie ea plantă sau animal, dar şi în fenomene naturale, în elemente precum apele, pământul, cerul, astrele.

Pentru cei mai mulţi, lumea era aşezată pe spinarea unei ţestoase uriaşe, motiv pentru care numeau chiar continentul lor

„Insula Ţestoasă". Totodată, chiar şi animalele considerate fantastice erau aidoma celor pe care le cunoşteau din realitate şi pe care le respectau: urşi, lupi, şerpi,

vulturi, peşti etc. Majoritatea creaturilor de acest fel le erau aliaţi de nădejde, de la care învăţau foarte multe, în vreme ce animalele malefice trebuia să fie alungate sau ucise, întrucât exista pericolul de a-i atrage pe oameni în tărâmul morţilor. Sau să le sădească în minte şi în suflet haosul de nevindecat, prin intermediul viselor – pe care le considerau o lume la fel de reală precum cea percepută în stare de veghe.

În aceeaşi măsură, cântecele şi dansurile lor ritualice îşi trag originile din voinţa de a onora şi de a „negocia" cu zeităţile respective, practici motivate aproape întotdeauna de protejarea tribului în faţa inamicilor şi a altor ameninţări.

La fel ca în celelalte mari religii ale lumii, nativii nord-americani au o divinitate supremă – Marele Spirit, asociat cu Marele Mister, care înseamnă puterea elementelor sau a naturii însăşi. Vedem aici o împăcare a sacrului cu profanul sau, cum s-ar spune în Occident, a religiei cu ştiinţa.

În cadrul ritualurilor complexe ce implică această legătură vitală, personajul la fel de important ca şeful tribului este şamanul. Acesta încearcă să înţeleagă Marea Taină, interpretează visele trimise de Marele Spirit, este vindecător şi sfătuitor în toate problemele privitoare la comunitate.

**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

*100 de locuri de văzut în România*

# Lacul Sărat

Lacul Sărat este o staţiune balneoclimaterică situată în Câmpia Bărăganului, la doar 5 km distanţă de Brăila. Legenda spune că în timpul domniei lui Vlad Ţepeş, acesta a încercat să pedepsească mai mulţi soldaţi turci ţinându-i în acest lac. Dar, după o săptămână în care au stat în lac, soldaţii otomani aveau mai multă putere, rezistând torturilor la care au fost supuşi de Ţepeş.

Văzând aceasta, voievodul a decis ca soldaţii şi caii lor să încerce apele de aici, iar efectele au fost uimitoare. Rănile s-au vindecat foarte repede, luptătorii prinzând puteri noi. Dincolo de legendă, cert este că lacul s-a format pe un vechi curs al Dunării şi este înconjurat de 70 hectare de pădure, care atenuează climatul de stepă şi contribuie la crearea unui loc relaxant, natural, potrivit pentru recreere.

Adâncimea apei lacului este cuprinsă între 0,6 şi 1,80 metri, iar fundul lacului este acoperit pe întreaga suprafaţă de un nămol terapeutic, cu un grad foarte mare de mineralizare.

Despre proprietăţile terapeutice ale apei şi nămolului din Lacul Sărat s-a vorbit încă din anul 1879, când I.C. Apostolescu, în lucrarea sa „Băile de la Lacu Sărat" din 1884, aminteşte despre un pacient care, la sosirea în staţiune, nici nu putea să se dea jos din trăsură şi, după aproximativ 15 băi, reuşea să parcurgă zeci de km pe jos.

Încă din 1875 în staţiune exista deja un complex balneoclimateric cu stabiliment de băi reci şi calde, duşuri cu apă dulce, băi individuale sau comune, cabinete de hidroterapie, fizioterapie, masaje şi băi electrice şi moaşă pentru tratament ginecologic.

La sfârşitul secolului XIX, în staţiune se construise şi un cazino modern, un parc englezesc, o sală de popice şi croquet, vile mici şi cochete. În ultima perioadă, în Lacul Sărat s-au manifestat două fenomene extreme: în 2009, lacul a secat în proporţie de 90% din suprafaţă, iar din 2010 şi până azi, în fiecare iarnă, îngheaţă şi se transformă într-un patinoar natural.

În prezent, staţiunea are o capacitate de 250 locuri şi este deschisă în toate anotimpurile, oferind facilităţi pentru băi calde în ape minerale, aplicări de nămol cald şi rece, hidroterapie şi kinetoterapie.

**GABRIEL TUDOR**

*Amprente ale spiritualităţii*

# Schitul Cornet

Aflat în satul Călineşti, comuna Racoviţă, judeţul Vâlcea, Schitul Cornet, de pe malul Oltului, are hramurile „Tăierea Capului Sfântului Ioan Botezătorul" şi „Sfântul Mărturisitor Ioan Rusul".

Ctitorit de vornicul Mareş Băjescu şi soţia sa, Maria, schitul a fost ridicat în 1666. Distrus de un incendiu în anul 1808, este refăcut în 1835. Biserica din cărămidă a fost pictată încă din 1761 în frescă, de pictorii Radu, Mihail şi Iordache care lucrează altarul, dar pictura este terminată abia cu ocazia reconstrucţiei din 1835 când stareţul Irimah realizează zugrăveala din naos şi pronaos.

Populat iniţial de călugări greci, schitul este părăsit de aceştia. După secularizarea averilor mănăstireşti, aşezământul trecând în patrimoniul Eforiei Spitalelor Civile Bucureşti până în 1948 când intră sub jurisdicţia Episcopiei Râmnicului şi Argeşului, episcop fiind Iosif Gafton.

În 1898, odată cu construirea căii ferate şi a tunelului care trece prin apropierea bisericii, se impune demolarea chiliilor. În locul acestora s-a construit o clădire mare, cu etaj. Din vechile clădiri au rămas doar un foişor, zidurile şi turnul de apărare de la nord şi est de biserică. În timpul războiului din 1916-1918 a fost grav avariată partea de sus a cupolei şi o parte din zidul Altarului care s-au refăcut în 1925, dar nu au mai fost pictate. Ultima restaurare importantă a fost făcută în 1960 de Direcţia Monumentelor Istorice. Cu această ocazie a fost refăcut acoperişul întregului complex şi s-a consolidat zidul împrejmuitor.

Biserica este înaltă, cu ziduri foarte groase de piatră. Interiorul este compartimentat în Altar, naos şi pronaos. Pronaosul, mai mic decât naosul, este despărţit de acesta printr-un zid cu o deschidere ceva mai largă decât o uşă. Este lipsită de pridvor şi are două turle, una pe naos şi alta pe pronaos.

În exterior zidurile prezintă o alternanţă de tencuială şi cărămidă aparentă, având de jur-împrejur un brâu median coborât. Acoperişul este din tablă iar soclul proeminent este din bolovani de piatră cu casete de cărămidă smălţuită. Incinta schitului este mică, dar presărată cu alei pavate şi înconjurate cu ziduri de piatră, înalte de 8 metri.

În prezent schitul a căpătat statut de mănăstire.

**IRINA STOICA**

# Puterea neștiută a muzicii

***Deloc întâmplător, se face deseori diferențierea dintre noțiunea de muzică și cea de sunet, respectiv de zgomot. Dacă sunetul poate transforma într-o realitate subtilă, de anumite niveluri, muzica și la fel zgomotele, acestea din urmă nu pot fi „conciliate", întrucât pot genera în mentalul ascultătorului trăiri și reacții contradictorii.***

Zgomotele ne agită, ne tulbură, trezesc în noi revoltă și agresivitate ori, dimpotrivă, depresie și pesimism. Muzica armonică însă conturează universuri limpezi, pline de viață și de optimism.

## Mozart, inteligența și epilepsia

Muzica pe care a compus-o Wolfgang Amadeus Mozart ne face mai inteligenți? Poate ea să combată epilepsia? Sunt două întrebări aparent bizare pentru a le raporta la compozițiile clasice„ dar tocmai aceste ipoteze au determinat studii foarte interesante în urma cărora au apărut numeroase cărți și DVD-uri pentru copii.

Într-un articol din prestigioasa revistă Nature se afirmă că ascultarea „Sonatei pentru două piane în re major" a marelui compozitor austriac determină o creștere temporară a „percepției spațiale", adică a capacității de a manipula mental forme și de a se plasa într-un spațiu anume.

Imediat, în alte publicații cultural-științifice ideea a fost extrapolată: muzica lui Mozart are capacitatea de a ne îmbunătăți inteligența!

După câțiva ani, autorul american David Campbell a expus în cartea sa intitulată „Efectul Mozart" teoria potrivit căreia compozițiile acestuia au efect benefic asupra dezvoltării mentale. S-a mers atât de departe, încât s-a propus deblocarea unei sume din bugetul statului american pentru a se oferi câte un CD cu muzica marelui compozitor fiecărui nounăscut!

Față de această ofensivă exacerbată, Frances Rauscher, autoarea principală a articolului din Nature, s-a văzut nevoită să precizeze că niciodată nu a pretins că această muzică ar putea ridica nivelul de inteligență, în general.

De fapt, experimentul său consta în a-i pune pe elevii unui colegiu să asculte timp de zece minute o parte din sonata respectivă, apoi să-și imagineze cum va arăta o foaie de hârtie pliată și tăiată într-un fel anume.

Cei care au ascultat sonata au trecut mai bine testul decât elevii care avuseseră la dispoziție melodii de relaxare sau pur și simplu stătuseră în liniște. Pe baza criteriilor folosite în experiment, s-a evaluat la 8-9 puncte creșterea coeficientului de inteligență (IQ) în cazul primului grup, însă efectul nu a durat decât 10-15 minute.

## Efectul... absenței efectului

Încercările ulterioare de repetare a experimentului au eșuat, potrivit unor cercetători așa-numitul „efect Mozart" neputând fi detectat. Motiv pentru care mai mulți oameni de știință vienezi au evaluat 40 dintre studiile realizate cu participarea a peste 3.000 de subiecți.

Concluzia principală a fost că nu există suficiente dovezi că ar exista, realmente, un asemenea efect. În schimb, a rămas deschis celălalt subiect cu potențiale beneficii, cel legat de tratarea neconvențională a epilepsiei.

Un grup de cercetători americani a constatat că frecvența crizelor la suferinzii de această maladie se micșorează dacă subiecții ascultă piese de Mozart. Explicația este mai greu de conturat, dar se presupune că este posibil ca structura ritmică a acestora să activeze anumite circuite ale neuronilor care au proprietăți antiepileptice.

De aceea, se cuvine menționată puterea neștiută a muzicii nu doar asupra sufletului, spiritului și reacțiilor spontane ori elaborate, ci și asupra corpului fizic, a celulelor organismului.

În anul 2020, cercetătorii italieni care au studiat aceeași temă au selectat 12 studii din 75 avute în vedere inițial, realizate pe pacienți cu epilepsie și care evaluau prin date cantitative efectul unui tratament cu muzică de Mozart. Analiza lor a confirmat rolul pozitiv al acesteia, dar variabilele ipotezei respective impun noi studii.

Esența a ceea ce s-a realizat până acum transmite totuși un mesaj deosebit de important și, fără îndoială, surprinzător: muzica de o anumită factură ne transformă, realmente în persoane mai empatice, mai calme, mai profunde și logice în gândire.

# Liniștea regăsirii spirituale

Împrejurări mai mult ori mai puțin condiționate obiectiv fac ca, pe parcursul vieții, fiecare om să trăiască momente și chiar perioade mai îndelungate de izolare.

Unii dintre noi ar putea găsi lipsa de agitație ca fiind neliniștitoare. Suntem atât de obișnuiți cu zgomotul de fond inexpresiv, încât atunci când încetează, ne putem simți tulburați, neliniștiți, în situații rare ajungându-se chiar la panică.

Gândurile și sentimentele negative apar mai ales în perioadele nesigure, când există preocupări urgente și reale cu privire la siguranța locului de muncă, la membrii familiei, la stabilitatea financiară. Totuși, odată ce ne obișnuim să trăim într-un ritm mai lent, liniștea poate fi efectiv terapeutică și ne ajută să facem față momentelor dificile.

În condițiile în care mulți consideră, în mod de înțeles, situația pe care am numit-o „de singurătate" ca fiind provocatoare, se pot învăța lucruri foarte utile, avantajoase, din tehnicile de retragere în această stare. Acest lucru nu e posibil pentru toată lumea, cei care trăiesc în condiții aglomerate sau cei aflați în relații turbulente îl acceptă mult mai greu. Mai ales că este o chestiune de temperament, oamenii în mod natural introvertiți și izolați vor găsi mai ușor de tratat blocarea, decât cei extrovertiți.

Trebuie înțeles însă că, la sfârșitul acestei perioade de retragere, ne putem întoarce la viața normală simțindu-ne mai umani. S-ar putea să devenim mai centrați în prezent și mai puțin concentrați pe viitor, mai conștienți de frumusețea mediului înconjurător, mai degrabă decât să ne abandonăm total iureșului sarcinilor și activităților cotidiene, într-o existență în care nu mai suntem noi înșine, ci simple rotițe ale unui mecanism acționat din exterior.

Mai degrabă decât să căutăm fericirea în afara noastră, cumpărând și făcând lucruri, putem descoperi că o simplă mulțumire iese în mod natural din ființa fiecăruia, pentru că bucuria autentică a vieții se află în fiecare om.

# „Răsăritul" domnișoarei Chanel

După mai bine de un veac de la eliberarea estetică, spre publicul consumator, a fascinantelor bijuterii, a garderobelor îndrăznețe ori a amețitoarelor parfumuri ce poartă numele Gabriellei Chanel, nu foarte mulți mai știu că nu doar Occidentul, ci în mare măsură și Răsăritul bătrânului nostru continent a contribuit la succesul lor fulminant. Cel mai mult au cântărit relațiile personale mai mult sau mai puțin afective, mai exact, ale domnișoarei Chanel cu exponenți de vază ai Rusiei țariste și cu mari avangardiști occidentali.

Ca om de artă, Gabrielle Chanel era fascinată de noua cultură cu care a avut șansa să ia contact. Ea a făcut cunoștință cu arta imperiului răsăritean la începutul secolului al XX-lea, înainte ca o parte semnificativă a intelectualității ruse să emigreze la Paris, după revoluția din 1917, creatoarea de modă franțuzoaică fiind prietenă apropiată cu mulți reprezentanți ai acesteia.

A observat cu interes cum dansatorii ruși au încântat publicul parizian, arătând toată frumusețea, rafinamentul și sufletul Rusiei. Gabrielle era prietenă cu „demonul genial" Serghei Diaghilev (considerat cel mai mare impresar al veacului trecut), amândoi erau foarte asemănători, la fel de pasionați până la mistuire de munca lor.

Iar datorită faimei lui imense, Chanel a cunoscut și a colaborat cu personalități copleșitoare, ca Igor Stravinsky ori balerinul Serge Lifar (solist al legendarului „The Ballet Russe", trupă care – o curiozitate în domeniu – nu a avut nicio reprezentație în Rusia!), Picasso și Matisse, Gide și Cocteau, nemaivorbind despre regii și marii nobili ai Europei.

Brățările largi erau bijuteriile preferate ale Gabriellei Chanel, iar bijuteriile transformabile Sarafane puteau fi purtate deopotrivă ca tiara și colier. Designul flexibil al bijuteriilor Sarafane permite libertate totală de mișcare.

Tehnica granulării perlelor este folosită pentru a crea efectul mărgelelor rusești, în care fiecare piesă în miniatură a cadrului este realizată exclusiv manual. Colierul și cerceii Sarafane sunt inspirate din broderia rusească pe care Chanel a folosit-o pentru a decora modelele din colecțiile sale.

În 1922 s-a născut prima ei colecție „rusă", ce reflectă motive populare, Marea Ducesă Maria Pavlovna fiind direct implicată în realizarea acestei colecții.

Împreună cu fratele ei, Marele Duce Dmitri, au emigrat la Paris, unde au cunoscut-o pe Chanel, aceasta având și o relație romantică cu Dmitri, (vărul țarului Nicolae al II-lea), iar după această poveste de dragoste a creat parfumul „Cuir de Russie".

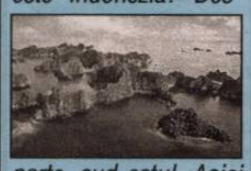
Pe de altă parte, legendară a rămas și inspirația pentru crearea colecției „Le Paris Russe de Chanel", care a reprezentat viața și opera supremă a acestei femei.

*Pagină realizată de*
**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

## Ştiaţi că...

◆ *...primele observaţii astronomice din ţara noastră au fost efectuate de episcopul Ioan Viteaz din Oradea? A trăit între 1408-1462.*

◆ *...cel mai mare arhipelag din lume ca număr de insule este Indonezia? Des-*



*parte sud-estul Asiei de Australia şi cuprinde de 17.508 insule.*

◆ *...takirele sunt terenuri argiloase şi sărăturate? Sunt întâlnite în regiunile secetoase din Asia Centrală.*

◆ *...elefantul este singurul animal*

*care are patru genunchi?*

◆ *...rădăcina unui salcâm specific sudului Africii poate ajunge la adâncimea de 45,7 m?*

◆ *...Biblioteca Universităţii din Indiana (SUA) se scufundă în fiecare an cu aproximativ 2,5 cm?*

*Constructorii au omis să calculeze greutatea cărţilor care vor fi depozitate în clădire.*

◆ *...sub Sahara de Nord se găseşte o mare cu apă fosilă? Volumul acesteia este de circa 30.000 de miliarde de metri cubi.*

◆ *...rozmarinul este originar din zona Mării Mediteranei? Numele său provine din*

*latină însemnând „rouă a mării", sau din greacă „arbust parfumat".*

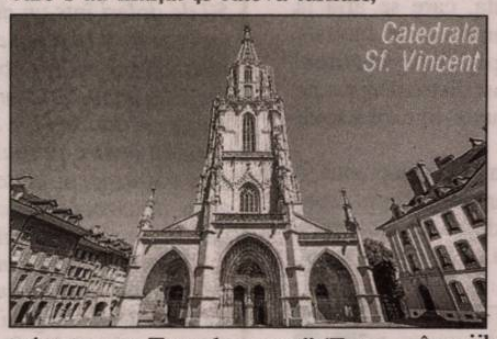
Ştiaţi că...

# BERNA – inima Elveţiei

***Capitala este amplasată la o altitudine de 542 de metri, în câmpia ţării, într-un cadru de vis mărginit de munţii Gueten şi Bantiger, definită mai ales prin trăsăturile sale medievale.***

Numele oraşului a fost menţionat la 1 decembrie 1208 şi originea sa provine de la o legendă, cronica lui Konrad Justinger, conform căreia ducele Berchtold al II-lea de Zahringen a ucis pe aceste meleaguri un urs (Bär în germană).

Ducele a întemeiat oraşul la sfârşitul secolului al XII-lea, aşezându-l iniţial pe o peninsulă a râului Aare. Protecţia naturală a locului, zidul de apărare şi tunul special montat deasupra au permis dezvoltarea rapidă a oraşului în care s-au înălţat şi câteva turnuri,



Catedrala Sf. Vincent

printre care „Turnul cu ceas" (Zytglogge) urmat de „Turnul cu închisoare" (Käfigturm).

După moartea lui Berchtold, lipsit de moştenitori, Berna a devenit, la ordinul împăratului Imperiului Romano-German, oraş imperial liber, apoi a început să cucerească alte teritorii (Aargau în 1415 şi Vaud în 1536) ajungând cel mai mare oraş-stat din nordul Alpilor. Ocupat în timpul războaielor napoleoniene, pierde majoritatea teritoriilor cucerite dar, începe să se refacă treptat după plecarea francezilor în 1802.

Încă din 1353 Berna se unise cu Confederaţia Helvetică şi din 1848 devine capitala de facto a Elveţiei. După un incendiu suferit în 1405, când a fost distrusă o mare parte a oraşului, se reface impunând constructorilor o amprentă specifică, motiv pentru care clădirile urmează aceeaşi linie arhitecturală.

Centrul medieval, inclus pe lista UNESCO este vestit prin clădirile sale verzui, trotuarele acoperite şi mai ales fântânile cu apă potabilă, decorate cu statui. Cele mai multe dintre acestea, creaţii ale sculptorului Hans Gieng din Freiburg, reprezintă personaje alegorice şi au fost montate în mijlocul bazinelor de piatră care le-au înlocuit pe cele din lemn.

Adunarea Federală (Parlamentul Federal) şi Consiliul Federal sunt adăpostite în Palatul Federal, o clădire impunătoare cu un corp principal şi două aripi, proiectată de arhitectul Hans Aner şi inaugurată în 1902.

Remarcabilă este Catedrala Sf. Vincent, a cărei piatră de temelie a fost aşezată în anul 1421, amplasată pe latura de sud a peninsulei. Construită din cărămidă şi gresie, în secolul al XVIII-lea, a fost adăugat pilonilor un înveliş de calcar. Reconstruită în secolele al XIX-lea şi al XX-lea prezintă un valoros tezaur de artă gotică.

*„Turnul cu închisoare"*

Un reper al oraşului este Turnul cu Ceas construit în 1530, ce prezintă un atractiv mecanism care mişcă cifrele la anumite ore şi, în acelaşi timp, un ceas astronomic. Pe lângă muzee (Muzeul de Istorie, Muzeul Elveţian Alpin, Muzeul de Artă) şi case memoriale trebuie menţionate parcurile şi mai ales Groapa cu Urşi (astăzi parte a Grădinii Zoologice), una dintre marile atracţii ale oraşului, unde pot fi văzuţi urşii ce locuiesc în această zonă din secolul al XVI-lea.

Fântânile din Berna (fântânile cu statui) provin din atelierul sculptorului Hans Freiburg, prima fiind construită în 1520. Până atunci fântânile erau construite din lemn, dar între 1542 şi 1546 un număr mare dintre acestea au fost înlocuite cu fântâni din piatră.

Liniştea acestui oraş a atras o mulţime de oameni de artă şi ştiinţă ca: Albert Einstein, Herman Hesse sau Paul Ken, care s-au stabilit o vreme aici. Berna este o capitală europeană, probabil, cea mai atipică, fără agitaţia şi aglomeraţia din marile oraşe ale Europei, dar păstrând farmecul medieval care a consacrat-o în rândul destinaţiilor turistice.

*Turnul cu ceas"*

*Simboluri ale umanităţii*

# Walkiriile

Fecioare războinice din mitologia scandinavă, walkiriile sunt mesagerele lui Odin (zeu al morţilor şi al războiului) călare prin văzduh, aveau ingratul rol de a-i aduna pe cei mai bravi războinici căzuţi pe câmpul de luptă. Aceştia, simbolizând curajul şi îndrăzneala în faţa morţii de care

nu se temeau, erau aduşi în Valhalla şi se numeau „luptători singuratici", formând armata care îl va sprijini pe Odin la Sfârşitul Lumii, respectiv Amurgul Zeilor.

În Valhalla, walkiriile serveau mâncarea şi băutura măreţilor războinici, având grijă de aranjarea şi curăţarea mesei.

În arta modernă sunt întruchipate ca fecioare de o frumuseţe rar întâlnită, echipate cu coifuri şi săgeţi care călăreau cai înaripaţi.

# Monumentul Eroului Român din Miercurea Ciuc

*Aflat în centrul municipiului Miercurea Ciuc, Monumentul Eroului Român a fost dezvelit la 19 august 1914.*

*Operă a sculptorului Marius Butunoiu, are înălţimea de 4 metri şi este amplasat pe un piedestal de formă dreptunghiulară, realizat din beton placat cu marmură albă.*

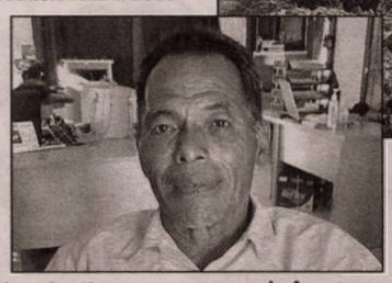
*Statuia în stil rondebosse (poate fi privită de jur-împrejur) reprezintă un infanterist echipat de luptă, ţinând deasupra capului o armă şi un drapel. Pe piedestal sunt inscripţionate cuvintele: „Glorie eternă ostaşilor români care s-au jertfit în luptele pentru eliberarea patriei".*

Pagină realizată de
IRINA STOICA

# Aquaman – Omul apelor

Recentul tsunami datorat erupției vulcanului Hunga Tonga-Hunga, care a devastat țărmurile arhipelagului Tonga din sudul Oceanului Pacific nu a produs doar tragedii, ci a fost și scena unor întâmplări insolite impresionante.

Unul dintre protagoniștii degringoladei din ceasurile dezastrului a fost un bărbat de 57 de ani pe nume Lisala Folau, fost muncitor în construcții și în prezent pensionar, care a supraviețuit 27 de ore în plin ocean, după ce a fost măturat de valul uriaș, până când a avut incredibila șansă de a ajunge pe o mică insulă din zonă.



În ziua fatală, bărbatul văruia casa, pe mica insulă izolată Atata, când fratele lui l-a avertizat despre tsunami, iar în scurt timp valurile l-au prins ca într-o capcană, cu infime speranțe de salvare.

Disperat s-a urcat într-un copac înalt de unde a văzut cu groază cum valurile marine de peste 6 metri măturau totul în calea lor, dar în cele din urmă, nici fragilul său refugiu nu a rezistat. Între timp, primise numeroase apeluri din partea fiului său, însă nu-i răspunsese, de teamă că acesta ar fi pornit în căutarea sa și astfel și-ar fi pus viața în pericol.

S-a lăsat în voia valurilor și a înotat peste 8 kilometri, până la insula principală Tongatapu, putând să se agațe doar de o buturugă ce plutea lângă el. Aceasta i-a fost de altfel și salvarea, ajutându-l să plutească atunci când se simțea extenuat. Folau a declarat că din cauza unui handicap nu se poate deplasa normal, ajutându-se doar de mâini pentru a se menține la suprafață.

Miracolul prin care a reușit să supraviețuiască a fost aflat repede de oamenii care trăiseră pe viu groaza devastatorului tsunami. Valul ucigaș, unul dintre cele mai distrugătoare din ultimele decenii, a distrus aproape întreaga insulă Atata, a arhipelagului tongalez populat de numai 105.000 de suflete.

După câteva zile de la erupția care a cauzat catastrofa, avioane și nave din Noua-Zeelandă și Australia au putut veni cu ajutoare umanitare în zonă, unde peste 84.000 de oameni au fost afectați. Insula Atata, care se află la aproximativ 8 km nord-est de capitala arhipelagului, cu o populație de numai 60 de persoane, a fost distrusă aproape în întregime de tsunami-ul care a lovit insulele.

Cât despre Lisala Folau, supranumit de internauți Aquaman („Omul apelor"), a păstrat palida bucurie că mica sa nație îl consideră un adevărat erou.

# Premiul în programa de curs

*Profesorul de arte Kenyon Wilson, de la universitatea din Tennessee, Chattanooga, Statele Unite, a vrut să verifice dacă studenții săi citesc programa la începutul anului universitar și a făcut-o într-un mod cât se poate de original.*

*Wilson a decis să ascundă o bancnotă de 50 de dolari într-un dulap al universității și să includă în programa cursului său de muzică instrucțiuni pentru obținerea premiului respectiv. El a adăugat informația în care a inclus locația și combinația cifrului dulapului, astfel: „gratuit pentru primul care solicită (dulap o sută patruzeci și șapte; combinația cincisprezece, douăzeci și cinci, treizeci și cinci), studenții pot fi neeligibili pentru a face cursuri".*

*Potrivit profesorului, niciunul dintre cei 71 de studenți ai săi nu a citit programa suficient de atent pentru a găsi premiul, iar el și-a recuperat banii la sfârșitul semestrului, în decembrie.*

*„Predând în pandemie încerc să fac lucruri creative și interesante. Programa este un document sec, nu foarte captivant de citit, dar m-am gândit că dacă studenții mei o citesc aș putea să-i răsplătesc", a declarat profesorul Wilson.*

*Nu a fost dezamăgit de studenții săi, pentru că, cel mai probabil, ca student ar fi ratat indiciile, a spus el. A primit sugestii, inclusiv recomandări de la alți profesori, despre ce să facă în semestrul următor, dar consideră că nu poate să repete această experiență.*

# Captivi în pub

Iarna vremea este instabilă, iar schimbările meteorologice radicale pot surprinde grav oamenii aflați în locuri departe de casă. În lanțul muntos Pennine se află Ton Hill Inn, autoproclamat „pub-ul la cea mai mare înălțime" din Regatul Unit (530 de metri deasupra nivelului mării). Locația găzduiește oaspeți din toate colțurile lumii, iar la sfârșit de săptămână au loc spectacole de muzică.

O îndrăgită trupă englezească Noasis de coveruri ale binecunoscutei trupe rock Oasis, a avut parte de o experiență insolită, alături de mai mulți fani ai săi, dar tocmai imprevizibilul situației a făcut ca neprevăzutul să capete un aspect deosebit de agreabil.

Totul a pornit de la o furtună de iarnă de o amploare la care nimeni nu se aștepta, căderile de zăpadă uriașe făcând dificilă deplasarea iubitorilor muzicii rock care doreau să asiste la un spectacol al acestei formații în noiembrie 2021. Evenimentul, la care se vânduseră aproximativ 150 de bilete, începuse sub un cer destul de amenințător, dar au fost prezenți 61 de oameni, ceilalți fiind probabil descurajați de amenințarea vremii. Furtuna de zăpadă care a început în acea seară a troienit drumurile de acces, făcându-le impracticabile.

Trei zile a durat sechestrul forțat al celor 61 de oaspeți ai pub-ului, resemnați să aștepte acolo deblocarea drumului de acces. Și chiar nu au regretat.

În tot acest timp, cei de la Noasis au dat recitaluri pentru personalul complexului și oaspeții acestuia. Administratorii pub-ului s-au adaptat situației, mai întâi găsind locuri de găzduire pentru sinistrați, apoi organizând jocuri și concursuri de karaoke pentru toți.

O captivitate a cărei experiență unică, fără îndoială, stropită cu 15 butoaie de bere și multe sticle de vin, constituie premisa unei reuniuni pentru anul acesta (în aceeași lună!) ca o mare petrecere în familie.

# Un „șofer" imprudent

Un băiețel din Ontario, Canada, a luat cheile și s-a urcat în mașina părinților săi cu intenția de a ajunge la un magazin de jucării din centrul orașului. Din fericire, aventura copilului s-a încheiat rapid în apropierea casei, unde mașina a fost remarcată de un localnic, ce a alertat autoritățile.

După ce au primit apelul de la un vecin care a semnalat o mașină aparent abandonată pe o pășune, ofițerii din poliția Municipalității regionale Frontenac s-au deplasat la fața locului și, cum din afară nu se vedea niciun semn că în autoturism s-ar fi aflat vreo persoană, au deschis portiera având surpriza să descopere un băiețel de 5 ani pe locul șoferului.

Potrivit agenților, băiatul a mărturisit că a condus mașina familiei pe câmp, spunând că intenționase să se ducă la un magazin pentru a cumpăra un tractor de jucărie roz surorii sale. Din fericire, copilul nu a fost rănit, iar vehiculul a suferit foarte puține avarii. „Nu a ajuns pe drumul principal, de pe aleea casei a intrat direct pe câmp, dar ar fi putut fi extrem de periculos. Nu știu dacă băiatul purta centura de siguranță sau nu, dar a căzut într-un șanț și a lovit un copac mic", a declarat un reprezentant al poliției.

Poliția provincială din Ontario nu a acuzat copilul, dar a folosit episodul pentru a le cere tuturor părinților din regiune să păstreze cheile mașinii în mod corespunzător și să nu lase deschise posibilitățile de „evadare" a copiilor, în asemenea condiții deosebit de riscante. Lucru valabil, de altfel, în orice familie în care există minori.

# Rugăciune pentru domnul Lenin

O știre senzațională face furori în grupurile de socializare virtuale, la o primă impresie venind din domeniul religios, de la un preot din Belle-Île-en-Mer, cea mai mare insulă din dreptul coastelor Bretaniei. Sfinția-sa, pe numele Jean-Baptiste de Barmon, paroh în Le Palais și rector al parohiilor din Bangor, și-a anunțat intenția de înălțare a unei rugăciuni pentru numitul Vladimir Ilici Ulianov, foarte cunoscut ca Lenin, în ziua comemorării morții acestuia.

O declarație deplasată pentru o bună parte din slujitorii parohiilor, în special fiindcă în aceeași zi (21 ianuarie) francezii comemorează mai degrabă tragicul moment al decapitării regelui Ludovic XVI. Dar iată că părintele Jean-Baptiste, la cei 54 de ani ai săi, are un alt unghi de vedere asupra istoriei și a personalităților – pozitive ori malefice – care au influențat-o.

Așadar, Lenin sau Ludovic XVI? Pentru liturghia din data sus-menționată, preacucernicul și nonconformistul părinte de pe insula bretonă a tranșat: de ce, atunci când unii se roagă pentru fostul rege, el nu s-ar ruga pentru cel care a fost artizanul comunismului în Rusia, în Europa și în lume, a scris în programul parohiei sale. Unii dintre enoriași s-au declarat însă, la fel de deschis, absolut șocați. Într-o scrisoare deschisă adresată mass-mediei regionale, se declară: „Când ne gândim la atrocitățile comise sub comunism... Mulți dintre noi suntem șocați și avem de ce."

Replica a venit însă cu promptitudine: „Reamintesc că religia catolică vrea să salveze toți oamenii și nu doar pe cei din palat!", adică pe cei agreați de salvator. Pe de altă parte, indulgențele reciproce oferite de cele două insolite tabere pot fi înțelese și ca efect al unei situații particulare: părintele a ajuns pe Belle-Île-en-Mer abia în august 2020, aducând cu el hotărârea fermă de a schimba câte ceva în obișnuințele clasice de adresare a rugăciunilor colective.

În contrapartidă cu preotul francez putem aminti exemplul preotului Sorin Grecu, care în martie 1990 a început greva foamei la statuia lui Lenin din București, care a fost dată jos de pe soclul din fața Casei Presei, la câteva zile după începutul protestului, prin care solicita această acțiune din partea autorităților.

*Pagină realizată de*
**ADRIAN-NICOLAE POPESCU**

## Totul despre filmele de Oscar

# „BONNIE ŞI CLYDE”

***Ne simţim fascinaţi de indivizi malefici, alături de care nu am dori, de fapt, să rămânem nici măcar câteva secunde, dar cu toate acestea ei exercită asupra noastră o magie irezistibilă.***

De acest lucru şi-au dat seama, de multă vreme, şi producătorii de filme, care au făcut din personaje sumbre, diabolice, nişte veritabili eroi – şi este suficient să vedem pelicule precum „Naşul”, „Scarface” sau „Născuţi asasini” ca să realizăm justeţea acestei afirmaţii.

Din aceeaşi categorie face parte şi producţia „Bonnie şi Clyde”, ecranizarea romanţată a vieţii şi morţii celui mai faimos cuplu de asasini din istoria Americii, ecranizare laureată cu Oscar şi de la a cărei premieră se împlinesc chiar astăzi 54 de ani.

● Jack L. Warner, mogulul studiourilor Warner Brothers, care au realizat filmul, a fost atât de convins că acesta va fi un fiasco, încât, în loc să-i ofer producătorului Warren Beatty (care a jucat şi rolul principal masculin) o sumă fixă, a stabilit să-i acorde 50% din încasări. A mizat complet greşit, fiindcă filmul a avut un succes colosal, cu încasări de peste 70 de milioane de dolari!

● Iniţial doar producător, Warren Beatty a vrut să o distribuie în rolul lui Bonnie pe sora lui, Shirley MacLaine. Ulterior însă, a preluat el însuşi rolul lui Clyde şi a trebuit să renunţe, din motive evidente, la ideea de a o avea drept parteneră pe MacLaine.

● Într-o zi, pe când se afla pe platourile de filmare, unul dintre actori, Gene Hackman, a fost abordat de un necunoscut, care i-a spus: „La naiba, Buck (fratele mai mare al lui Clyde Barrow) n-ar fi purtat niciodată o pălărie aşa de caraghioasă”. Hackman l-a privit şi a văzut că era un bătrân fermier texan, care s-a prezentat: „Sunt nepotul fraţilor Barrow!”

● Faye Dunaway ar fi dorit ca personajul ei să poarte pantaloni, ca adevărata Bonnie Parker, pentru a se putea mişca mai lejer. Dar costumiera Theodora Van Runkle a sugerat o îmbrăcăminte mai elegantă, cu fustă, cămaşă şi bonetă, care a generat o veritabilă modă la sfârşitul anilor 1960. Ulterior, actriţa a insistat ca Van Runkle să-i croiască toate costumele din filme.

● Pentru a accentua atmosfera terifiantă de film cu gangsteri, Warren Beatty a cerut ca zgomotul împuşcăturilor să fie mult mai puternic decât restul fondului sonor, provocând o presiune suplimentară asupra spectatorilor.

● Dornic să prezinte o versiune a poveştii celor doi bandiţi cât mai apropiată de realitate, Warren Beatty i-a prezentat scenariul şi singurei supravieţuitoare a bandei, Blanche Barrow, cumnata lui Clyde. Aceasta a aprobat scenariul, dar ulterior regizorul l-a modificat substanţial. Blanche Barrow a mers să vadă filmul alături de al treilea soţ al ei şi „a intrat în pământ de ruşine”, din cauza felului cum a fost portretizată. De altfel, ea a dat în judecată studiourile Warner Bros din acest motiv. Cu toate acestea, actriţa Estelle Margarete Parsons, care a interpretat-o în film, a primit Oscarul pentru „cea mai bună actriţă în rol secundar”.

● Într-una din scene, în timp ce jefuieşte o bancă, Clyde îi spune unui fermier că-şi poate păstra banii personali, pe care omul voia să-i depună la bancă, întrucât el jefuieşte bănci, nu fermieri. Scena a fost reală, doar că a avut alt protagonist – faimosul jefuitor Pretty Boy Floyd, un veritabil „haiduc american”.

● Una dintre scene prezintă răpirea lui H.D. Darby, un antreprenor de pompe funebre, de către banda Barrow. Darby a fost eliberat câteva ore mai târziu, iar la un moment dat Bonnie i-a spus, aflând ce meserie are: „Poate într-o zi o să ai grijă chiar de mine.” După numai un an, Darby a fost cel care s-a ocupat de înmormântarea celor doi bandiţi, ucişi de poliţie.

● Înainte de începerea filmărilor, Faye Dunaway a trebuit să slăbească 13 kg, pentru a semăna cât mai mult cu personajul interpretat. Pentru aceasta, pe lângă o dietă strictă, ea şi-a agăţat greutăţi de glezne, care să o ajute să ardă kilogramele în plus mai rapid. Îşi dădea jos greutăţile doar când dormea sau făcea duş.

● Responsabilul cu imaginea, Burnett Guffey, deja câştigător al Oscarului pentru „De aici în eternitate” (1955) a avut numeroase dispute pe teme artistice cu producătorul Arthur Penn, dar şi-a impus aproape de fiecare dată punctul de vedere. Şi nu a făcut-o în zadar, întrucât el va primi Oscarul, tot pentru imagine, şi pentru „Bonnie şi Clyde”.

*Pagină realizată de*
**GABRIEL TUDOR**

PORTRET

## Catrinel Dumitrescu

*Frumoasa şi talentata actriţă s-a născut la 11 octombrie 1956, la Brăila. În perioada liceului a făcut parte dintr-un cerc de teatru, fiind remarcată de regizorul Alexandru Tocilescu, care i-a oferit un rol în spectacolul „Svanevit” de August Strindberg, pe care îl monta la Teatrul din Brăila.*

*A absolvit în 1979 Institutul de Artă Teatrală şi Cinematografică „I.L. Caragiale”, Facultatea de teatru, specialitatea actorie, la clasa profesorului Octavian Cotescu şi a asistentului universitar Ovidiu Schumacher.*

*În perioada facultăţii a jucat alături de profesorul ei, Octavian Cotescu, la Teatrul Bulandra, în „Anecdote provinciale”, avându-i ca parteneri de scenă şi pe actorii Tamara Buciuceanu Botez, Ştefan Bănică şi Virgil Ogăşanu.*

*A jucat vreme de peste un deceniu pe scena Teatrului Naţional „Lucian Blaga” din Cluj-Napoca – în piese precum „Pasărea Shakespeare” de D.R. Popescu, „Ultima oră” de Mihail Sebastian, „Nu sunt Turnul Eiffel” de Ecaterina Oproiu, iar din 1990 este actriţă la Teatrul Nottara din Bucureşti – unde s-a remarcat prin rolurile din „Un regat pentru un asasin” de Peter Karvas, „Arşiţa şi viscolul” de Mihai Ispirescu, „Întâlnire la Senlis” de Jean Anouilh, „Doi pe o bancă” de Alexandr Ghelman, „Omul care aduce ploaia” de Richard Nash, „Cu capul de nicovală” de Milo Nikolic.*

*Tot aici, ca regizor de data aceasta, a pus în scenă „Cum e dincolo de mare” (2005) şi „Bătrânul” de Maxim Gorki (2007).*

*De asemenea, este o apreciată actriţă de film, fiind prezentă pe afişul multor succese autohtone, de la „Ora zero” şi îndrăgita serie „Buletin de Bucureşti”/„Căsătorie cu repetiţie”, la „Pădurea de fagi” şi „Aurora”. În anul 2002, a fost decorată cu Ordinul Naţional pentru Merit în grad de Cavaler.*

Cultură

## Un promotor ambiţios

George Terziu, timişorean de origine, este un scriitor, dar şi editor, publicist, promotor cultural, realizator de emisiuni radio şi TV, care vrea să-şi demonstreze sieşi şi altora că întotdeauna se poate mai mult şi mai bine. În 1980 a fondat cenaclul de literatură SF *Helion* din Timişoara, alături de prof. Cornel Secu, în 1981 este premiat la două concursuri naţionale pentru poezie şi proză scurtă, iar în 1983 a luat premiul I la Festivalul studenţesc de la Iaşi, cu proză scurtă science fiction, în acelaşi timp fiind interzis de cenzura acelor vremuri. În 1990 a fondat prima publicaţie particulară din Timişoara de după Revoluţie, intitulată *Mozaic*. Printre cărţile apărute pot fi amintite *Proză bipedă, Moartea necesară, Boeme şi alte povestiri etnobotanice.*

Colaborează la mai multe publicaţii şi asupra acestui aspect aş vrea să insist în rândurile care urmează, pentru că proiectele culturale ale lui George Terziu sunt nu doar ambiţioase, dar denotă şi un om pentru care creaţia literară înseamnă ceva consistent, indiferent de vârsta creatorilor şi de locul lor de naştere.

Dacă ar trebui să le trecem în revistă, din păcate destul de succint din pricina spaţiului limitat, aş începe cu revista *Cervantes* pe care George Terziu a fondat-o în 2012, în cadrul grupului cultural *Inspirescu*. De ce titlul *Cervantes*, s-ar putea întreba cineva care este familiarizat cu opera majoră a scriitorului spaniol din secolul al XVII-lea? Cum explica George Terziu la o emisiune tv din Piteşti, *Cervantes* fiindcă „şi eu, ca şi mulţi oameni de cultură, mă simt un Don Quijote”. E plăcut uneori să te lupţi cu morile de vânt, pentru că poţi învăţa câte ceva, dar este şi dezarmant alteori. Revista *Cervantes* a câştigat în 2015 premiul Institutului Cultural Român pentru cea mai bună revistă umanistă din România.

Un alt proiect cultural, unic în România, poate şi în Europa, este revista *Tinere talente*, pusă la dispoziţia creaţiilor copiilor superdotaţi sau a celor talentaţi. Formarea unei elite culturale este un deziderat demn de toată lauda, mai ales că nu mulţi se pot lăuda cu un asemenea proiect. Pe de altă parte, la Editura Inspirescu au fost publicaţi peste 200 de autori

Mai există şi editura Inspirescu care are ambiţia de a publica operele scriitorilor consacraţi, cu un compartiment separat intitulat *Antologii,* de care se ocupă scriitoarea Maria Giurgiu (debut editorial în 2015 cu *Poveşti despre un teritoriu marginalizat)* în această secţiune fiind tipărite, până în 2021, 35 de asemenea cărţi, cu încă 3 pe rol. „Dacă nu ne îmbogăţim, atunci sigur câştigăm experienţă”, spune cu umor George Terziu. Este programată şi o antologie a copiilor talentaţi din România, după modelul almanahurilor despre 300 dintre cei mai bogaţi oameni, această antologie va cuprinde creaţiile celor mai talentaţi copii din România. Un alt proiect cultural ar fi şi înfiinţarea a două tabere internaţionale de creaţie, una pentru scriitorii publicaţi, alta pentru copiii superdotaţi.

Rareori mi-a fost dat să cunosc oameni de cultură cu o atât de devorantă pasiune pentru gestul cultural, pentru creaţia culturală, cum este George Terziu, un om care aduce un suflu rar şi preţios, vivace şi substanţial într-o lume care se îndepărtează tot mai susţinut de spiritualitate, care încearcă se ne spună că dacă toate fiinţele dispar în moarte, ceea ce rămâne pentru totdeauna este creaţia artistică a sufletului donquijotesc.

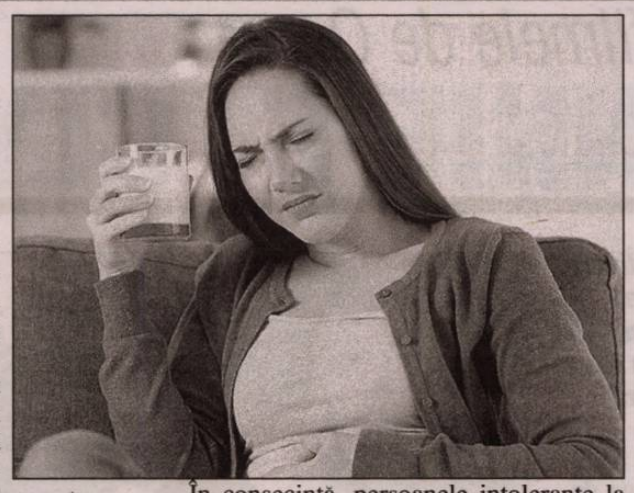
Iată şi finalul poemului *Linia imaginară* scris de George Târziu: *Când am tras acea linie imaginară, nici nu am ştiut că doamnele visează la iubirea veşnică; Fiind copil te uiţi după fetiţe,*

*Bătrân când eşti te uiţi după doamne-doamne... Pentru o doamnă am oprit odată apele şi munţii, Am oprit poeţii şi criticii literari,*

*Am oprit câinii să latre;*
*Ea m-a lăsat să-i pup mâna*
*Care brusc s-a ofilit şi doamna a murit curând. Toate femeile sărutate de mine se ofilesc, Apoi se întristează şi mor devreme.*

**GEORGE CUŞNARENCU**

# Intoleranţa la lapte



***O teorie-informaţie destul de bizară circulă de mai mulţi ani în mediile medicale din întreaga lume: laptele, acest aliment de bază de la începuturile omenirii şi, practic, prima hrană a oricărui om şi mamifer, generează probleme ale sistemului digestiv, mai uşoare sau mai grave.***

Intoleranţa la lapte (impropriu spus, căci e vorba despre anumite reacţii nedorite ale organismului faţă de lactoză, o componentă a alimentului în sine) se poate manifesta preponderent prin disconfort intestinal, crampe, balonări şi diaree, în primele ore după ingerare.

Pe de altă parte, oamenii nu au toţi aceleaşi reacţii după ce au consumat lapte. Dacă studiile indică, în medie, un procentaj de 68% din omenire ca având această problemă, repartiţia geografică este la fel de surprinzătoare: în Suedia, de exemplu, abia ajunge la zece procente, pe când în ţări asiatice precum China, Vietnam ori Japonia se tinde chiar către totalitatea populaţiei!

Sugarii sunt adaptaţi pentru a metaboliza laptele matern, dar lactaza (enzima ce ajută la descompunerea lactozei) nu mai este secretată şi lactoza ajunge în intestinul gros, unde fermentează, sub acţiunea bacteriilor, ceea ce antrenează stări de disconfort.

În principiu, toţi adulţii sunt privaţi de capacitatea digerării compuşilor laptelui. Totuşi, la unele populaţii s-a păstrat producerea parţială de lactază, diferenţiere petrecută printr-o mutaţie genetică, probabil în urmă cu aproximativ 10.000 de ani, potrivit oamenilor de ştiinţă.

În Canada, puţini oameni suferă de intoleranţă la lactoză, iar africanii beneficiază de trei gene diferite ce le permit să se hrănească cu lapte, fără a suferi din această cauză de vreo afecţiune. La fel se întâmplă cu arabii care consumă lapte de cămilă.

Se consideră că explicaţia diferenţelor de toleranţă la lactoză rezidă în maniera de a consuma laptele. În Orientul Mijlociu, rareori se bea pur şi simplu, de cele mai multe ori fiind transformat în brânză şi iaurt, astfel bacteriile lactice fiind introduse în aliment, ele digerând lactoza – s-ar putea spune – în locul nostru.

În consecinţă, persoanele intolerante la lactoză pot consuma fără probleme produse lactate fermentate, cum sunt brânzeturile tari şi iaurtul. În acest context, nu este corect să se susţină că persoanele care beau lapte dezvoltă aşa-numita „rezistenţă" la lactoză.

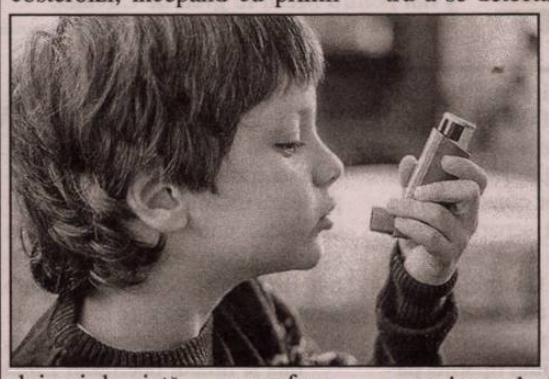
Un exemplu specific este cel al populaţiilor europene, care consumă mult lapte nefermentat, fără a dezvolta neapărat şi o intoleranţă. În fond, controversele şi teoriile ipotetice nu folosesc sub nicio formă consumatorilor, iar certitudinile care le-ar fi un sprijin în păstrarea sănătăţii, la drept vorbind, lipsesc.

În aceste condiţii, este bine să se reţină că laptele este un aliment disponibil rapid – în mod normal, el nu trebuie procesat, pentru a i se mări profitul comercial prin separarea grăsimilor, diluarea sa, dozarea în produse ce conţin diverse alte ingrediente – şi în cantitate mare, iar pe de altă parte bacteriile din lapte furnizează nutrimente ca vitamina D şi calciul, care au o contribuţie majoră, în special în perioada sezonului rece, la reducerea ratei rahitismului.

# Despre inhalatoare

Copiii care folosesc inhalatoare cu corticosteroizi împotriva astmului în primii doi ani de viaţă se vor confrunta cu o limitare a creşterii în înălţime la vârsta adultă, potrivit unui studiu la care au participat 12.000 de copii din Finlanda.

Rezultatele arată că micii pacienţi care au folosit pe termen lung inhalatoare cu corticosteroizi, începând cu primii doi ani de viaţă, s-au confruntat cu o limitare a creşterii în înălţime.



Concluzia este că steroizii trebuie utilizaţi cu măsură în cazul copiilor preşcolari. Experţii britanici de la asociaţia Asthma UK spun totuşi că aceşti corticosteroizi joacă un rol crucial în controlarea simptomelor astmului şi reduc frecvenţa spitalizărilor în cazul preşcolarilor. În Marea Britanie, astmul este cea mai frecventă maladie cronică întâlnită în rândul micuţilor.

Corticosteroizii sunt substanţe puternice folosite în inhalatoare, fiind recomandaţi adulţilor diagnosticaţi cu astm şi copiilor care suferă de respiraţie şuierătoare recurentă, însă aceste medicamente au efecte secundare semnificative în cazul unor pacienţi.

Normele medicale recomandă evaluarea anuală a greutăţii şi înălţimii copiilor care folosesc inhalatoare cu corticosteroizi în tratarea astmului, pentru a se detecta din timp semnele unei încetiniri a dezvoltării lor fizice.

Cercetătorii de la University of Eastern Finland au analizat informaţiile despre înălţimea părinţilor copiilor participanţi la studiu, precum şi pe cele despre greutatea celor mici şi tratamentele administrate, pentru a calcula greutatea şi înălţimea la care ar fi trebuit să ajungă aceştia până la vârsta adultă. Ei au descoperit că acei copii care primeau tratamentul respectiv pe termen lung aveau la vârsta adultă o înălţime, în medie, cu 3 cm mai mică decât cea estimată.

Unii specialişti sunt de părere că impactul asupra creşterii în înălţime este minor, o reducere uşoară a acesteia fiind un preţ mic plătit pentru aceste tratamente, care pot salva viaţa copilului bolnav de astm.

# Grăbiţi-vă încet!

Semnificaţia vechiului dicton latin „Festina lente" se aplică perfect şi mâncatului. Toate datele oficiale şi constatările individuale converg către ideea că a mânca într-un ritm lent este un lucru benefic pentru sănătate.

Principalele avantaje sunt evitarea mâncatului prea mult, alegerea unor produse alimentare mai sănătoase, rezervarea unui timp mai îndelungat pentru a savura hrana, ceea ce favorizează asimilarea sănătoasă a acesteia.

Papilele gustative au nevoie de timp pentru a aprecia ceea ce mâncăm, iar timpul mai îndelungat în care consumăm alimentele contribuie la recunoaşterea mai facilă, de către organism, a senzaţiei de saţietate.

Cercetătorii japonezi care au efectuat un studiu foarte vast, pe durata a şase ani, cu participarea a zeci de mii de subiecţi care aveau diabet de tip 2, au remarcat faptul că mâncatul lent determină reducerea indicelui de masă corporală şi a riscului de obezitate.

Privit fenomenul din cealaltă perspectivă, mâncatul rapid poate duce la creşterea masei de grăsime abdominală, a nivelului lipidelor în sânge, dar este asociat şi cu rezistenţa la insulină. De asemenea, dacă mâncăm, de exemplu aceleaşi alimente în 10 minute în loc de 20 de minute, creşte şi riscul de a suferi de diabet de tip 2. Mâncatul rapid face ca persoana respectivă să continue să introducă în corp calorii, chiar şi după ce s-a săturat, pe când dacă mănâncă încet determină senzaţia de saturare înainte de a fi consumat prea mult, iar viteza de digerare şi golirea stomacului încetinesc.

Aceasta înseamnă şi că atunci când nu ne grăbim la masă

suntem mai puţin tentaţi să mâncăm din nou o oră-două mai târziu, iar în plus consumul efectiv de alimente după trei ore se reduce cu până la 25%.

În fine, potrivit mai multor oameni de ştiinţă, a ingera multe calorii într-un timp scurt, la fel ca frecvenţa ridicată a masticaţiei, ar avea un efect nedorit asupra producerii hormonilor care controlează pofta de mâncare şi saţietatea.

## PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

# Lupta cu metalele grele nu e uşoară!

*Arsenic, cadmiu, crom, cupru, nichel, mercur – sunt elemente pe care nu le întâlnim doar în binecunoscutul tabel al lui Mendeleev, ci cu care ne confruntăm în viaţa de zi cu zi, din punct de vedere al sănătăţii.*

*Cercetările ce vizează expunerea organismului nostru la metalele grele prezente în mediul înconjurător relevă faptul că acest fenomen nu trebuie minimalizat.*

*Studiile unor echipe de experţi occidentali au avut ca bază de lucru probe de sânge, urină şi păr, cu trimitere explicită la deprinderile de viaţă cotidiană, de alimentaţie, precum şi la trăsăturile definitorii ale participanţilor la teste.*

*În urma contabilizării acestora, s-a constatat că în corpul nostru pătrund nu mai puţin de 27 de metale, ceea ce înseamnă că întreaga populaţie este expusă la acţiunea acestora.*

*O altă concluzie este că nivelul de contaminare identificat la adulţi – cu referire specială la mercur (în păr) şi nichel (în urină), dar comparabil şi în cazul arsenicului, cadmiului şi cromului – rămâne la fel de ridicat ca în celelalte studii, anterioare. Rata cea mai ridicată s-a identificat în ţările occidentale, cu excepţia nichelului şi cuprului.*

*Efectele nefaste se referă la cele cancerigene, osoase, renale, cardiovasculare, neurotoxice ş.a. Context în care se revine la ideea renunţării la fumat. La adulţi, acesta duce la o „impregnare" cu cadmiu chiar şi peste 50% faţă de situaţia nefumătorilor.*

*În acelaşi timp, consumul de alimente ce pot conţine metale grele (peştele conservat, de pildă), inclusiv în urma folosirii unor ambalaje de acest tip, poate determina grave probleme de sănătate, deocamdată incomplet documentate. De asemenea anumite implanturi medicale cresc expunerea la crom, iar plombele dentare la mercurul identificat în urină.*

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

# Punctul de vedere al medicinei energo-informaţionale privind impactul pe care îl are pandemia de coronavirus în dezvoltarea copiilor

***Că întreaga planetă este lovită cu putere de această pandemie nu mai are rost să demonstrăm. Impactul asupra fiecăruia dintre noi în parte nu mai este o noutate pentru nimeni! De aceea, mă voi dedica direct asupra efectelor pandemiei de coronavirus asupra dezvoltării copiilor.***

***Faza contemplativă*** – începe din luna a şaptea după naştere şi ajunge la punctul maxim în jurul vârstei de 14-21 luni, apoi începe să scadă. Acum începe copilul să se târască, să stea şi să meargă, încep să devină conştienţi de propria persoană. Este faza cea mai profundă în procesul de dezvoltare individuală, proces neînţeles nici astăzi de multe curente psihologice. Copilul este în această fază într-o telepatie permanentă cu mama lui, încă este într-o unitate cu mama, de acum începe perioada de desprindere.

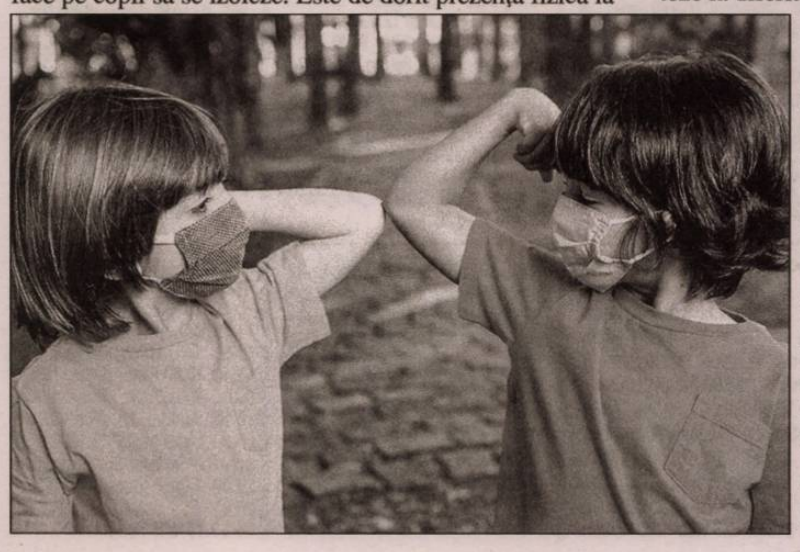
*Impactul pandemiei de coronavirus în această fază.* Faptul că spaţiile de locuit devin tot mai puţin părăsite, că micuţii nu mai pot zburda în libertate duce la un blocaj în dezvoltarea Eului personal. Purtarea măştii de către adulţi îl afectează pe copil în dezvoltarea „empatiei". Ca micuţii să nu dobândească frica faţă de „lume" este foarte important ca ei să se întâlnească în această perioadă de dezvoltare mereu cu alţi copii, cu care să se joace, să socializeze în parcuri, în locuri de joacă sau la grădiniţă.

***Faza creativă*** – începe în jurul vârstei de 21-28 luni de la naştere şi merge până la 4-5 ani de viaţă. Copilul începe să cerceteze lumea, începe să dezvolte puterea controlului asupra a ceea ce dă şi ceea ce păstrează. Începe să câştige experienţă cu reacţiile părinţilor. În această perioadă, la un control EEG se recunoaşte fluxul de creştere, se dezvoltă vorbirea şi copilul spune pentru prima dată „Eu". Această fază de independenţă este greu de suportat în cultura noastră de către părinţi, este faza numită în popor „sfidătoare".

*Impactul pandemiei în această fază.* Este important să ieşim cu copilul cât mai mult în natură, jocurile alături de cel mic, jocurile cu plastilina, formarea diferitelor figurine, desenul şi tot ce ajută la dezvoltarea creativităţii în această perioadă sunt de recomandat.

***Faza genitală*** – începe în jurul vârstei de 3 ani şi atinge punctul culminant în jurul vârstei de 4-6 ani. Începe să scadă la fete în jurul vârstei de 9 ani, iar la băieţi în jurul vârstei de 12 ani. Această fază este importantă, mai ales că este întregită de celelalte faze. Acum se dezvoltă în mod special comunicarea.

*Impactul pandemiei de coronavirus în aceasta fază.* Purtarea măştii îl poate face pe copil să nu mai aibă încredere să iasă în lume fără acest accesoriu. Statul în casă îl face pe copil să se izoleze. Este de dorit prezenţa fizică la şcoală, dar fără mască. Gesturile, tonul şi mimica feţei sunt în această perioadă foarte importante. Sub mască sunt ascunse. Copiii încep să simtă că fără mască sunt „goi".



***Faza de individualizare*** – începe în jurul vârstei de 7-12/14 ani şi se opreşte în jurul vârstei de 21 ani. Este ideal dacă copilul în această fază are ocazia să se orienteze la diferite modele şi să descopere pentru el ce corespunde mai mult felului său de a fi.

*Impactul pandemiei în această perioadă.* Nesiguranţa, frica părinţilor că se pot infecta în contact cu alte persoane, îi face pe tineri tot mai temători, mai ales că pot îmbolnăvi membrii familiei. Învăţarea metodei de „autogenes training" în această fază practicată de tineri şi părinţi ajută foarte mult la dezvoltarea personală.

***Adolescenţa*** – începe în jurul vârstei de 12-14 ani şi încetează în jurul vârstei de 21 ani. O desprindere prietenească de părinţi în această perioadă trebuie să aibă loc şi să fie acceptată reciproc. Părinţii trebuie să înţeleagă că „micuţul" lor este acum o persoană adultă.

*Impactul pandemiei în această fază.* Tinerii doresc desigur să cunoască lumea, să călătorească, să întâlnească alte culturi, iar din cauza epidemiei de coronavirus sunt şi ei adesea frustraţi, pot dezvolta simptome de frică şi neîncredere. Consider că în această perioadă de dezvoltare tinerii au mare nevoie să se întâlnească fizic şi nu doar „digital".

Omul de astăzi este un om informat, accesul la informaţie îl face mai puternic. Trebuie să înţelegem că suntem fiinţe energetice şi radiem energie. Gândurile noastre sunt foarte importante în calitatea vieţii.

A fi mereu în balanţă energetică şi a susţine energetic fiecare fază de dezvoltare a copilului (adesea observăm la micii noştri pacienţi că au blocaje pe meridiane şi chakre) este şansa omului de astăzi de a se dezvolta armonios, într-o lume unde la ora actuală armonia este în dezechilibru.

**FLORICA MUNTEANU,**
*specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog*

***Pentru mai multe informaţii accesaţi:***
***www.dermavital-med.ro***
***Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968***

***CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3***

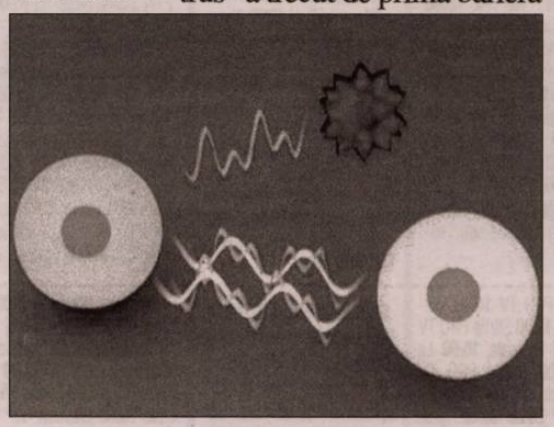
PUBLICITATE

***Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W***

**TERAPIA 4W**
– zidurile de apărare ale imunităţii înnăscute!

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.



Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

*Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.*

***4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitaţi în 2 rate.***

dermaVITAL

**covid -19**

**tel 0731.871.968 / 021.322.40.04**

**www.dermavital-med.ro**

**NOU!! – card de terapii post Coronavirus!**

Centrul German DermaVital vă pune la dispoziţie atât tratamente Post Covid de prevenire a sechelelor ce pot apărea după infecţia cu Covid-19, cât şi tratamente Post Vaccin pentru neutralizarea efectelor secundare ale vaccinului.

Pentru mai multe informaţii accesaţi:

www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

*Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!*

PUBLICITATE

## LUNI – 14 februarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Omul și timpul (r) 10.35 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Telejurnal 14.04 Jocurile Olimpice de iarnă Beijing, 2022 15.15 Maghiara de pe unu 15.39 Jocurile Olimpice de iarnă Beijing, 2022 17.00 Ediție specială 18.10 Serial: „Prințesa Ja-Myung" 19.30 Jocurile Olimpice de iarnă Beijing 20.00 Telejurnal 21.00 Referendum cu Mihai Rădulescu 22.50 DrumulFilm: „Capcanele minții" (SUA, 2011). Cu: Mira Sorvino 0.20-6.30 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 SURVIVOR România 23.30 Știrile PRO 0.00 Film: „Equalizer 2" (r) 2.30 Superspeed la ProTv (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Film: „Parker" (SUA, 2013). Cu: Cu: Jason Statham, Jennifer Lopez 23.00 Observator 23.30-5.00 Reluări.

**PRIMA TV**
7.00 Secretele președintelui (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Insider politic (r) 11.30 Lumea pe val (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Dragostea este genetică" (SUA, 2021). Cu: Sarah Bauer 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Dragostea e genetică" (r) 4.00 Focus (r) 5.00 Exclusiv VIP (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor". Cu: Livia Brito 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.30 Fără prejudecăți (r) 13.54 Documentar 360º-GEO 14.04 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 România... în bucate 17.30 Doc.: „Case și idei" 18.00 Ora de știri 19.10-23.00 Reluări 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.15 Reluări.

**PRO CINEMA**
5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Letters From Mother Teresa" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.45 Film: „Big Daddy" (r) 16.30 Film: „Un cântec de Crăciun" (SUA, 2015) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „O moarte mai bună" (SUA, 2000) 22.30 Film: „Capcana" (SUA, 2016). Cu: Jessica Biel, Patrick Wilson 0.30 Film (r) 2.30 La Măruță (r) 4.15 Serial (r).

## MARȚI – 15 februarie

**TVR 1**
7.15 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori (r) 9.45 Teleshopping 10.00 #creativ (r) 10.35 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Telejurnal 14.14 Jocurile Olimpice de iarnă Beijing 15.25 Maghiara de pe unu 15.49 Jocurile Olimpice de iarnă Beijing, 2022 17.00 Inspiră România 18.10 Serial: „Prințesa Ja-Myung" 19.35 Zi de zi 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Contele de Monte-Cristo" (Franța, 1961, partea I). Cu: Louis Jourdan 0.00-6.25 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 SURVIVOR România 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Thor: Dark World" (r) 2.15 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Film: „Răzbunarea" (SUA, 2018). Cu: Bruce Willis, Vincent D'Onofrio, Elisabeth Shue 22.30 Film: „Nea Mărin Miliardar" (România, 1979). Cu: Amza Pellea, Draga Olteanu Matei 0.30 Observator 1.00-5.00 Reluări.

**PRIMA TV**
7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Insider politic (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Cursa terorii" (SUA, 2003). Cu: Steven Segal 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Cursa terorii" (r) 4.00 Focus 5.00 Exclusiv VIP (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
6.51 Doc.: „Case și idei" (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Cap compas (r) 13.57 Documentar 360º-GEO 14.58 Jocurile Olimpice de iarna, Beijing 2022 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Doc.: „Case și idei" 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 20.20-23.00 Reluări 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.10 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruță (r) 8.30 Film: „The Sweetest Heart" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Sleepover" (r) 14.30 Film: „Legend of Johnny Lingo" (r) 16.15 Film: „Rețetă pentru dezastru" (SUA, 2003) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Stare de asediu" (SUA, 1998). Cu: Denzel Washington, Bruce Willis 23.00 Film: „Gotti" (SUA, 2018) 1.00 Film: „The Siege" (r) 3.15 La Măruță (r) 5.00 Serial: „La Bloc" (r).

## MIERCURI – 16 februarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 7.44 Jocurile Olimpice de iarnă Beijing, 2022 9.45 Teleshopping 10.00 Fun urban (r) 10.35 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Dr. Chioțea 14.00 Telejurnal 15.10 Conviețuiri 17.00 Banii tăi 18.00 Handbal: CSM București – CS Gloria Bistrița Năsăud 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.00 Adevăruri despre trecut 22.30 Istorii ascunse 23.00 Breaking Fake News 0.00-6.00 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Imperiul leilor 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Dă din pistoale!" (SUA, 2019). Cu: Daniel Radcliffe, Samara Weaving 2.00 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 iRoast 21.00 Stand-Up Revolution 23.30 Observator 0.00 Serial: „Grand Hotel" (ultimul ep.) 1.00-5.00 Reluări.

**PRIMA TV**
7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Coloana de directie (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Răpirea lui Freddy Heineken" (SUA, 2015). Cu: Sam Worthington 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Răpirea lui Freddy Heineken" (r) 4.00 Focus (r) 5.00 Exclusiv VIP (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Handbal: CS Minaur Baia Mare – AHC Dobrogea Sud Constanța 17.30 Case și idei 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 20.10 Film: „Jean de Florette" (Franța, 1986). Cu: Gerard Depardieu, Yves Montand 22.15-23.05 Reluări 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.55 Reluări.

**PRO CINEMA**
5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.30 Serial (r) 12.00 Film: „The Sweetest Heart" (r) 13.45 Film: „Povestea lui Tommy Cooper" (SUA, 2014) 16.00 Film: „Joe și Max" (SUA, 2002) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Lunetistul: Răzbunarea" (SUA, 2011). Cu: Billy Zane, Chad Michael Collins 22.30 Film: „Omul invizibil 2" (SUA, 2006). Cu: Christian Slater 0.30-4.15 Reluări.

LOUIS JOURDAN – marți, 22.10 –

DANIEL RADCLIFFE – miercuri, 0.00 –

CHARLIZE THERON – joi, 1.30 –

SANDRA BULLOCK – sâmbătă, 20.00 –

LIVIA BRITO – luni-duminică, 11.30 –

PATRICK WILSON – luni, 22.30 –

GHEORGHE COZORICI – duminică, 12.30 –

**„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune**

## JOI – 17 februarie

**TVR 1**
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Adevăruri despre trecut (r) 11.00 Dosar Romania (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Vreau să fiu sănătos! (r) 14.00 Telejurnal 15.10 Axzente 17.00 Radar geopolitic 18.10 Serial: „Prințesa Ja-Myung" 19.30 Mic portret de mari romance 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Doc.: „Cosa nostra – De la Palermo la New York" 23.15-7.09 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 MasterChef 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Upgrade" (SUA, 2018). Cu: Logan Marshall-Green 2.00 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 23.00 Observator 23.30 Film: „Death Wish – Răzbunarea" (r) 1.30 Film: „Urma scapă turma" (SUA, 2014). Cu: Charlize Theron 3.30-5.00 Reluări.

**PRIMA TV**
7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Oportuniștii (r) 11.30 Sănătate cu stil (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Săptămâna nebunilor" (România, 1971). Cu: Marga Barbu 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Săptămâna nebunilor" (r) 4.00 Focus (r) 5.00 Exclusiv VIP (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Serial: „Pe firul iubirii" (r) 15.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Căsătorie cu bucluc" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
6.37 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 7.59 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 9.30 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 România... în bucate (r) 17.30 Doc.: „Case și idei" 18.00 Ora de știri 19.10-23.00 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 (r) 21.00 Film: „Secretul mamei" (Canada, 2012). Cu: Nicole de Boer 23.00 Serial (r) 23.35 Iarna amintirilor 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
5.00 La Măuță (r) 7.00 Film (r) 9.15 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film: „Joe & Max" (r) 14.00 Film: „Orășenii" (SUA, 1991) 16.00 Film: „Phoebe în Țara Minunilor" (SUA, 2008). Cu: Elle Fanning, Felicity Huffman 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Metro" (SUA, 1997) 23.00 Film: „Ticăloși fără glorie" (SUA, 2009) 2.15 Film: „Metro" (r) 4.30 Serial: „La Bloc" (r).

## VINERI – 18 februarie

**TVR 1**
8.45 Eu pot! 10.00 Istorii ascunse 10.35 Serial (r) 11.55 Jocurile Olimpice de iarna Beijing – Filler bob 12.30 Parlamentul României 13.00 Telejurnal 13.59 Jocurile Olimpice de iarna Beijing – Bob (F) 2 pers mansa 1 14.55 Vorbește corect! (r) 15.09 Jocurile Olimpice de iarna Beijing – Hochei M – Semifinala 2 17.45 Fan/Fun urban 18.20 Serial: „Dong Yi, concubina regelui" 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Red Hill" (Australia, 2010). Cu: Ryan Kwanten 0.00-8.40 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 România îi au talent 0.00 Film: „Hai să ne batem" (SUA, 2017). Cu: Charlie Day, Ice Cube 1.45 Film: „10000 B.C." (r) 3.30 Umami: al 5-lea gust (r) 4.00 Vorbește lumea (r).

**antena 1**
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Acces direct cu Mirela Vaida 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 iUmor 23.00 mai mult iUmor 23.15 Film: „Triplu X: Întoarcerea lui Xander Cage" (SUA, 2017). Cu: Vin Diesel, Nina Dobrev 1.30 Film: „Inimă neînfricată" (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

**PRIMA TV**
7.00 Starea Nației (r) 8.00 Focus la prima oră 10.00 Serial: „Ringo" 11.00 Serial (r) 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash! Monden 20.00 Film: „Restul e tăcere" (România, 2008). Cu: Ovidiu Niculescu 23.00 Film: „Probă de microfon" (România, 1980). Cu: Tora Vasilescu 1.30 Exclusiv VIP (r) 3.30 Secretele presedintelui (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Hai cu fetele (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor România (r) 16.00 Serial: „În calea fericirii" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Dragoste fără cuvinte" (ep.1) 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza!" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00 Survivor: ExtraShow 1.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Documentar (r) 7.30 România... în bucate (r) 7.59 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 9.30 Teleșcoala: Clasa a VIII-a (r) 10.00 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Documentar 360º 14.30 Jocurile Olimpice de iarna, Beijing 2022 16.00 Serial: „Mândrie și pasiune" 17.00 Jocurile Olimpice de iarna, Beijing 2022 (r) 18.00 Ora de știri 19.10-21.00 Reluări 22.00 Rețeaua de idoli 23.00-6.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.15 Film: „Oscar" (SUA, 1991) 16.30 Film: „Dragoste și onoare" (SUA, 2016). Cu Aimee Teegarden, Liam Hemsworth 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Ce zi minunată!" (SUA, 1996). Cu: George Clooney, Michelle Pfeiffer 22.45 Film: „Demolat" (SUA, 2015). Cu: Naomi Watts 0.45 Film (r) 3.00 Apropo Tv 4.00 Serial: „La Bloc" (r).

## SÂMBĂTĂ – 19 februarie

**TVR 1**
7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Serial: „Strop și Balonaș" 9.05 Vorbește corect! (r) 9.35 Vreau să fiu sănătos! (r) 10.30 #secreteleplantelor (r) 11.00 Europa mea 11.30 Lumea azi 12.00 Ai luat plasă! 13.00 Teejurnal 13.59 Jocurile Olimpice de iarna Beijing – Bob (F) 2 pers mansa 3 – Filler schi fond 15.30 Handbal: AHC Dobrogea Sud Constanța – CS Dinamo București 17.45 Români care au schimbat lumea (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Explozia" (România, 1973) 23.00 Profesioniștii. Best of 0.00-6.30 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la ProTv 11.00 Film: „Doctor Dolittle 2" (SUA, 2001) 13.00 Film: „27 de rochii" (SUA, 2008) 15.15 Românii au talent (r) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Agenți aproape secreți" (SUA, 2016) 22.00 Film: „Codul Asasinului" (SUA, 2016) 0.00 Film: „Split: Personalități multiple" (SUA, 2016) 2.30-4.30 Reluări.

**antena 1**
6.00 Observator 9.00 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.30 Mireasa 15.45 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Film: „Maleficent – Suverana Răului" (SUA, 2019) 22.30 Film: „Hansel și Gretel: Vânătorii de vrăjitoare" (SUA, 2013) 0.15 Film: „Luminile rampei" (SUA, 2014) 2.00-4.00 Reluări.

**PRIMA TV**
7.00 Serial: „Ringo" (r) 8.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Starea Nației (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Lumea pe val (r) 12.30 Coloana de direcție 13.00 Serial: „Oportuniștii" 14.00 Film: „Bucătarul detectiv 4" (SUA, 2017) . Cu: Dylan Neal 16.00 Alege rețeta națională (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.30 Film: „Povești din LA." (SUA, 2004). Cu: Sandra Bullock 22.30 Film: „Luptătorul" (SUA, 2010). Cu: Mark Wahlberg 1.00-6.30 Reluări.

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „În calea fericirii" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor Romania (r) 16.00 Serial: „Jocul cu focul" (ep.1, 2, 3 și 4) 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Dragoste fără cuvinte 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00 Survivor: ExtraShow 1.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.04 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 11.00 Handbal: Gloria Buzău – Rapid București 12.30 Cap compas (r) 13.30 Gala umorului (r) 14.40 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 17.00 Frați de viță (r) 17.30 Distracțiile lui Cazacu (r) 18.00 Ora de știri 19.15 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 20.15 Film: „Dincolo de prerie" (SUA, 2000, partea I). Cu: Meredith Monroe, Walton Goggins 22.10 Serial: „Dragoste și sânge" 0.00-6.00 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.15 Serial: „La Bloc" (r) 8.45 Film: „Oscar" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film (r) 14.30 Film: „Trucurile pasiunii" (SUA, 2002) 16.30 Film: „Pe limba dragostei" (SUA, 2021). Cu: Michelle Argyris, Corey Sevier 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Laguna albastră" (SUA, 1980). Cu: Brooke Shields 22.45 Film: „Cum să nu devii american" (SUA, 2004). Cu: Adam Sandler 1.15-4.30 Reluări.

## DUMINICĂ – 20 februarie

**TVR 1**
8.50 Discover Romania (r) 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Dianei 10.35 Viața satului (I) 13.00 Telejurnal 13.30 Tezaur folcloric 14.00 Jocurile Olimpice de iarna Beijing – Ceremonia de închide 17.00 Exclusiv în România (r) 18.00 Dosar Romania (r) 19.00 Omul și timpul 20.00 Telejurnal 21.10 Folclor. Best of 23.00 Garantat 100% (r) 0.10 Jocurile Olimpice de iarna Beijing – Ceremonia de închide (r) 3.00-6.30 Reluări.

**PRO TV**
6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Doctor de bine 10.30 Umami: al 5-lea gust" 11.00 Film: „Aventuri călare" (SUA, 2019) 13.00 Apropo Tv 14.00 MasterChef (r) 16.00 Imperiul leilor (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile PRO TV 20.00 SURVIVOR România 23.00 Film: „Căpitanul America: Războinicul iernii" (SUA, 2014) 1.30-5.00 Reluări.

**antena 1**
6.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Film: „Pistruiatul: Evadatul" (România, 1986) 14.45 Film: „Ricoșeu" (SUA, 2005) 16.30 Film: „Maleficent – Suverana Răului" (r) 19.00 Observator 20.00 Chefi fără limită 23.30 iUmor (r) 2.00 Film: „Ricoșeu" (r) 3.30 Film: „Pistruiatul: Evadatul" (r) 4.00 Film: „Hansel și Gretel: Vânătorii de vrăjitoare" (r).

**PRIMA TV**
7.00 Serial: „Oportuniștii" (r) 8.00 Alege rețeta națională (r) 9.00 Focus la prima oră 10.00 Ora de Profit.ro 11.00 Insider politic 13.00 Serial: „Secretele președintelui" 14.00 Poezie și delicatețuri 16.00 Film: „Bucătarul detectiv 4" (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden (r) 20.00 Schimb de mame 22.00 Poezie și delicatețuri (r) 0.00 Insider politic (r) 2.00 Film (r) 4.15 Focus (r) 5.30 Ora de profit.ro (r).

**PRO 2**
5.30 Serial: „Între tine și rău" (r) 6.30 Serial: „Numele meu e Riza" (r) 7.30 Serial: „Scorpionul" (r) 9.00 Serial: „Jocul cu focul" (r) 11.30 Serial: „Lasă-mă să zbor" 13.00 Survivor Romania" (r) 16.00 Serial: „Jocul cu focul" 18.00 Serial: „Pe firul iubirii" 20.00 Serial: „Dragoste fără cuvinte" 21.00 Serial: „Scorpionul" 22.00 Serial: „Numele meu e Riza" 23.00 Serial: „Între tine și rău" 0.00 Survivor: ExtraShow 1.00-4.30 Reluări.

**TVR 2**
7.16 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.39 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Frați de viță (r) 12.30 Film: „Frații Jderi" (România, 1974). Cu: Gheorghe Cozorici 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Ora de știri 19.10 Jocurile Olimpice de iarnă, Beijing 2022 20.10 Film: „Ștefan cel Mare – Vaslui 1475" (România, 1975) 22.10 Film: „Siberia, dragostea mea" (Rusia, 2011) 0.00-5.10 Reluări.

**PRO CINEMA**
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 Ce spun românii (r) 7.30 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film (r) 14.15 Film: „Karate Kid III" (SUA, 1989). Cu: Ralph Macchio, Pat Morita 16.30 Film: „Nancy Drew" (SUA, 2002). Cu: Bruce Willis 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Legea nopții" (SUA, 2016). Cu: Zoe Saldana, Scott Eastwood 23.00 Film: „Super-răi" (SUA, 2007). Cu: Jonah Hill, Michael Cera 1.15-4.15 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

# VERSIUNI

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A UMEZI RUFELE<br>PRIMII ZIDITORI | | VOTATĂ ÎN PARLAMENT<br>APTITUDINE ARTISTICĂ | L | DIVINITATE ÎN MITURI<br>GLAS DE PISICĂ | | ÎN CAPELA!<br>ÎNTREBĂRI MULT PREA INTIME | | COȘ PE CASĂ<br>SUNET DE SONERIE | | SCĂNDURELE ÎN GARD<br>SECTOARE ÎN MAGAZIN | U |
| | | | E | M | | | | | | | L |
| PASTĂ DE FRUCTE<br>PIPĂ | | | G | I | | | OMUL NEGRU DIN BASME<br>DOCUMENT | | | | U |
| | | | E | A | GENEROS, CULANT<br>PREFIXUL NOULUI | | A | | | | C |
| BLUZA LELIȚEI<br>MAȘINĂ DE LUPTĂ | | | DOAR EA ESTE<br>PROTESTĂRI CONTINUE | U | | | C | | MIOARE<br>A UMBLA CU „PLUGUȘORUL" | O | I |
| | | | | ORIENTALĂ, RĂSĂRITEANĂ<br>PARADIS BIBLIC | | | T | | | | VERSIUNE TIPĂRITĂ A UNEI CĂRȚI |
| | JOC CU 78 DE CĂRȚI<br>DORINȚE DE MAI BINE | | | R | | | MII DE KILOGRAME<br>A ZIDI-O MANOLE | | | | |
| B | U | ÎNCEPUT DE RALIU!<br>GAZ DE SONDĂ | R | A | IEȘIRILE DE LA OPERĂ!<br>MAȘINUȚĂ DE CURSE | | | BECULEȚ ÎN CIRCUIT<br>FORMAȚIE DE 2+1 | | | |
| DIN ALBUME!<br>OAMENI REZERVAȚI<br>A ÎMPODOBI | | | | I | | | | T | | NECESAR RESPIRAȚIEI | |
| | | | | AGĂȚAT ÎN CUIER<br>ÎNCEPUT DE ISTORIE! | | | | R | | A | |
| SCOATERI DIN ÎNGHESUIALĂ<br>CALMATĂ | | | | | | | NE TREC PRIN CAP CÂND GÂNDIM | E | | E | |
| | | | | | | | | I | | R | |

## Umor

☺ *Un băiețel găsește 100 lei în fața geamului casei. Îi ia și îi bagă rapid în buzunar.*

*Un cetățean, în trecere:*

*– Ar trebui să îi predai la poliție.*

*– Nu e cazul, sunt ai mamei.*

*– De unde știi?!*

*– Tata spune mereu că mama aruncă banii pe geam.*

☺ *Un polițist s-a urcat încălțat pe masă să schimbe un bec.*

*Nevasta îi zice:*

*– Trebuia să pui măcar un ziar pe masă...*

*– Nu-i nimic, ajung și așa!*

☺ *– Tatiii, tatiii, tu știi cât ține un tub de pastă de dinți?*

*– Nu, puișor.*

*– De la ușă până la dulap.*

☺ *– Pisi, te duce băiatu' cu mașina într-un loc scump?*

*– Sigur! Hai să mergem!*

*Parchează băiatu' mașina la benzinărie și spune:*

*– Gata, pisi, am ajuns.*

☺ *– Din partea mea, pot să arunce tot alcoolul din oraș în lacul din apropiere!*

*– De ce? Ai devenit antialcoolic?*

*– Nu! Scafandru...*

☺ *– De ce nu v-ați salvat nevasta în timp ce se îneca?*

*– Păi cine și-a dat seama că se îneacă? Urla ca de obicei...*

## SUDOKU

jocul săptămânii: 6

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | | | | | 3 |
| | 2 | | 5 | | 4 | | 9 | |
| 7 | | 5 | 2 | | 9 | 4 | | 6 |
| 3 | 6 | 7 | | | | 1 | 4 | 8 |
| | | | | | | | | |
| 4 | 1 | 2 | | | | 6 | 5 | 9 |
| 5 | | 4 | 3 | | 1 | 9 | | 7 |
| | 9 | | 4 | | 8 | | 3 | |
| 2 | | | | | | | | 4 |

*Soluția în numărul viitor*

*Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 5*

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 3 | 1 | 8 | 9 | 6 | 5 | 2 | 7 |
| 8 | 6 | 5 | 2 | 3 | 7 | 9 | 4 | 1 |
| 7 | 9 | 2 | 4 | 5 | 1 | 6 | 8 | 3 |
| 2 | 5 | 4 | 3 | 1 | 8 | 7 | 9 | 6 |
| 1 | 8 | 3 | 7 | 6 | 9 | 4 | 5 | 2 |
| 9 | 7 | 6 | 5 | 2 | 4 | 3 | 1 | 8 |
| 5 | 1 | 9 | 6 | 8 | 3 | 2 | 7 | 4 |
| 3 | 2 | 7 | 1 | 4 | 5 | 8 | 6 | 9 |
| 6 | 4 | 8 | 9 | 7 | 2 | 1 | 3 | 5 |

**Soluția integramei „SEMNALE"**

*Orizontal:* T - O - O - E - J - D - TRAGICOMEDIE - AMORAS - SEMN - UNIRI - PATRII - SR - SUIRI - TG - SVAB - STICLAR - ELOGIA - AERA - PR - CE - LE - NIT - STAMPILAT - O - TARN - REEDITA - LAIBAR - ILAR - CASTIGATOARE.

*Verificați-vă cunoștințele!*

## Ursul

1. Din ce familie de mamifere face parte ursul?
2. Ce nimfă din mitologia greacă, fiică a regelui Arcadiei, pe când se afla în alaiul zeiței Artemis, a rămas însărcinată cu Jupiter și, drept pedeapsă a fost transformată de zeiță în ursoaică?
3. Ce mare oraș european are ca emblemă ursul?
4. Ce prozator american (1897-1962) a scris nuvela „Ursul"?
5. Din ce familie face parte planta numită în popor „Mierea ursului"?
6. Ce cunoscut compozitor și interpret este autorul cântecului „Ursul românesc"?
7. Cine a realizat, în 1983, filmul serial t.v. „Fram, ursul polar"?

*Răspunsurile la întrebările din numărul trecut*

*1) Trandafirul face parte din familia Rosaceae. 2) Prima mențiune a trandafirului datează din secolul al IV-lea î.Hr. 3) Cele două familii nobile care s-au înfruntat în „Războiul celor Două Roze" au fost Casa Lancaster având ca stemă trandafirul roșu și Casa York, având ca stemă trandafirul alb. 4) Povestirea „Privighetoarea și trandafirul" a fost scrisă de Oscar Wilde. 5) Valsul „Trandafiri din sud" aparține lui Johann Strauss (fiul). 6) Tabloul „Trandafirii albi" poartă semnătura lui Ștefan Luchian. 7) Filmul „Numele trandafirului" a fost realizat în regia lui Jean-Jacque Annaud.*

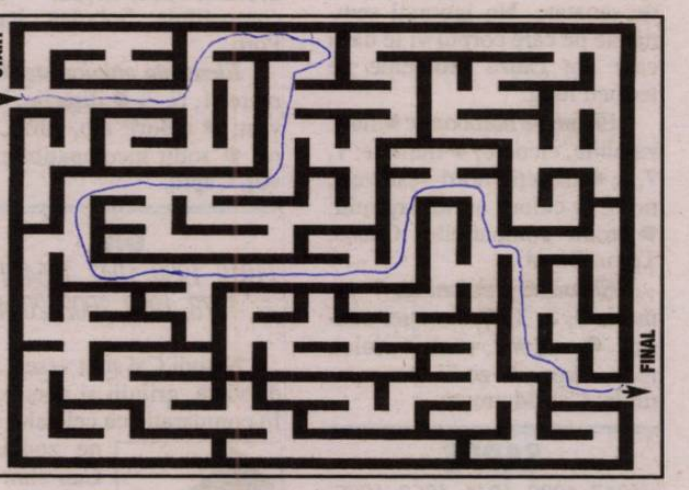
*Poșta cititorilor*

Pentru întrebările cu tema *„Mihai Eminescu"* am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

## PERSPICACITATE

*Încercați să rezolvați labirintul.*




## Grădina de lângă casă

# Planta de rouă

*(Mesembryanthemum cordifolium Variegata)*

● Este o plantă suculentă, perenă, originară din sud-estul Africii de Sud. Se cultivă în grădini, în ghivece sau în vase suspendate. Poate atinge înălțimi de până la 20 cm și se poate întinde pe 50-60 cm. Fruzele sunt în formă de inimă, de culoare verde strălucitor cu nuanțe de crem.

● Lumina este importantă pentru dezvoltare și înflorire. Se dezvoltă bine în spații însorite. Înflorirea este deficitară dacă nu primește destulă lumină.

● Se administrează îngrășăminte în perioada de înflorire și creștere, folosind fertilizatori pentru plante cu flori.

● Înflorește de la sfârșitul primăverii până la sfârșitul verii. Florile au petale multe și fine de culoare roz. Se deschid complet doar când sunt sub acțiunea directă a soarelui. La maturizare fac fructe în formă de capsulă ce conțin semințe foarte mici.

● Planta rezistă la perioadele secetoase, așa că udarea trebuie făcută regulat în sezonul cald, adică de 2-3 ori pe lună. Iarna tolerează temperaturi negative, însă nu mai mici de -5ºC.

● Se înmulțește prin semințe sau prin butași.

*Pagină realizată de* **IONEL COJOCARU**

# Previziuni zodiac chinezesc 2022

## DRAGON

*(1916, 1928, 1940, 1952, 1964, 1976, 1988, 2000, 2012)*

Nativii născuţi în zodia Dragon sunt oameni puternici, încrezători, mândri şi hotărâţi. Au un spirit de luptă foarte mult dezvoltat, sunt fermecători şi charismatici. Datorită calităţilor înnăscute de conducători, fac o impresie puternică asupra oamenilor din jur. Dragonii pot realiza orice îşi doresc doar dacă îşi stăpânesc controlul asupra mândriei.

Anul 2022 promite schimbări pozitive. Viaţa vă va fi condimentată de călătorii neaşteptate, iar viaţa profesională va fi stabilă. Şi condiţia financiară se va îmbunătăţi, motivându-vă să trăiţi viata pe care v-aţi dorit-o mereu. Sunteţi sfătuiţi ca pe parcursul lunii februarie să aveţi grijă mai mult de sănătate. Nu ignoraţi semnalele pe care corpul vi le dă şi care pot cauza probleme pe termen lung.

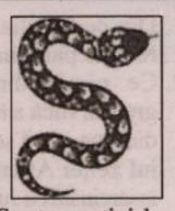
***Elemente norocoase:*** ● flori: zambila, cicoare; ● numere: 1, 7, 6; ● direcţii: nord-vest, vest, nord; ● culori: auriu, argintiu; ● zodii compatibile: Cocoş, Tigru, Bivol.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 9, 8, 3; ● direcţie: sud-est; ● culori: verde, violet, roşu, negru; ● zodii incompatibile: Cal, Maimuţă.

## ŞARPE

*(1917, 1929, 1941, 1953, 1965, 1977, 1989, 2001, 2013)*

Cei născuţi în zodia Şarpe sunt calmi, înţelepţi, misterioşi şi buni observatori. Ei gândesc profund chiar şi la cele mai mici chestiuni. Cu personalitatea lor misterioasă, dar graţioasă, nativii Şarpe atrag atenţia oriunde ar merge. Când vor să-şi atingă scopul, vor face tot ce le stă în putere pentru reuşită. Sunt sceptici la orice, dar când vine vorba de dragoste, nu veţi vedea pe nimeni la fel de devotat ca pe aceşti nativi.



Anul 2022 le promite nativilor Şarpe realizarea unor planuri la scară largă, o condiţie financiară îmbunătăţită şi relaţii de dragoste pasionale. Anul va fi plin de schimbări neprevăzute şi de încercări serioase. Eforturile pe care le depuneţi în acest an pentru a-i ajuta pe alţii vor da rezultate fructuoase. Urmăriţi îndeaproape strategiile concurenţilor pentru a evita orice dezamăgire în viitor.

***Elemente norocoase:*** ● flori: orhidee, cactus; ● numere: 2, 8, 9; ● direcţii: nord-vest, sud-vest, sud; ● culori: galben deschis, roşu, negru; ● zodii compatibile: Şobolan, Iepure, Porc.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 1, 6, 7; ● direcţie: nord-vest; ● culori: alb, auriu, maro; ● zodii incompatibile: Bivol, Capră.

## CAL

*(1918, 1930, 1942, 1954, 1966, 1978, 1990, 2002, 2014)*

Nativii Cal sunt veseli, plini de viaţă, grijulii şi perspicace. În comparaţie cu celelalte semne zodiacale, Caii sunt mai entuziaşti, curajoşi şi vioi, luminând camera cu exuberanţa comportamentului lor. Cu toate acestea, nu sunt la fel de buni în a-şi ascunde sentimentele şi emoţiile, pur şi simplu spun ceea ce gândesc.

Horoscopul chinezesc prezice că 2022 să fie un an de realizări creative şi de noi experienţe amoroase. Un nativ Cal nu ar trebui să muncească până la epuizare. Până şi cele mai mici eforturi vă vor oferi rezultate satisfăcătoare. Vi se recomandă să mai faceţi din când în când o pauză pentru a vă relaxa. Este momentul să vă rupeţi de vechile obiceiuri şi să devoraţi lucruri noi, distractive şi interesante.

***Elemente norocoase:*** ● flori: crin, iasomie, gălbenele; ● numere: 3, 4, 9; ● direcţii: nord-vest, nord-est, sud-est; ● culori: verde, roşu, violet; ● zodii compatibile: Câine, Capră, Tigru.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 1, 5, 6; ● direcţii: nord, nord-vest; ● culori: auriu, albastru, alb; ● zodii incompatibile: Iepure, Bivol, Cal, Şobolan.

## CAPRĂ

*(1919, 1931, 1943, 1955, 1967, 1979, 1991, 2003, 2015)*

Dintre toate celelalte semne zodiacale, nativii Capră sunt cei mai blânzi şi mai buni. Dar aveţi grijă că aceşti nativi ar putea să-şi piardă cumpătul şi să devină rapid agresivi. Cei care se nasc în zodia Capră sunt simpatici, calmi, iubesc dreptatea şi le place să aibă grijă de oameni. Niciodată nu vor jigni pe cineva cu intenţie. Cu toate acestea, tind să devină pesimişti şi să vadă partea cea mai rea din orice. Nu au încredere în străini atât de uşor.

2022 prevede o perioadă a schimbărilor atât în sfera personală, cât şi în cea profesională. Natura schimbării depinde de starea lor interioară. Dacă vreţi schimbări pozitive şi noroc, asiguraţi-vă că rămâneţi optimişti şi Universul va reflecta aceleaşi vibraţii pozitive pentru dumneavoastră.

***Elemente norocoase:*** ● flori: garoafa, primula; ● numere: 2, 7; ● direcţii: est, sud, sud-est; ● culori: violet, verde, roşu; ● zodii compatibile: Iepure, Capră.

***Elemente ghinioniste:*** ● numere: 3, 8; ● direcţie: sud-vest; ● culori: cafeniu, auriu; ● zodii incompatibile: Bivol, Câine, Dragon, Şobolan.

*Pagină realizată de*
**CASANDRA**

**ÎN NUMĂRUL VIITOR**

■ Uimitoarele exemple ale naturii ■ Jesús García – eroul de la Nacozari ■ Despre OZN-uri în Congresul SUA ■ Planetele uriaşe din Sistemul Solar ■ Anotimpul nedoritelor alergii ■ Prima aventură amoroasă a Regelui-Soare ■ Cum să combinaţi alimentele

# HOROSCOP

14-20 februarie 2022

**BERBEC** 21.03-20.04

Vestea cea mare este că intraţi într-o perioadă în care veţi fi populari. Mulţi dintre dumneavoastră veţi petrece mai mult timp cu oameni mai tineri, în special cu cei pe care nu i-aţi mai văzut de ceva vreme. Profitaţi de orice ocazie pentru a călători.

**TAUR** 21.04-21.05

Soarele este în partea de sus a graficului dumneavoastră, aşa că toată lumea vă admiră, chiar dacă nu faceţi nimic special. Acum este vremea să începeţi proiectele cele mai îndrăzneţe, având toate şansele să le finalizaţi. Succes!

**GEMENI** 22.05-21.06

În aceste zile veţi învăţa mai multe şi veţi fi dornici să studiaţi sau să experimentaţi noi domenii. Şi romantismul se va situa la cote ridicate. Trebuie doar să fiţi mai răbdători cu cei din jur. În weekend evitaţi discuţiile despre bani sau posesiuni în comun.

**RAC** 22.06-21.07

Beneficiaţi de suficientă energie pentru a lucra şi a fi productivi. Vă doriţi să fiţi cei mai buni, aşa că vă îmbunătăţiţi tehnicile. Puteţi folosi oportunităţile pentru a vă rezolva câteva detalii birocratice. Totuşi, vor avea loc mici şicane între dumneavoastră şi cei dragi.

**LEU** 22.07-22.08

Se pare că în această săptămână vă vin câteva idei, este momentul în care nu ar fi rău să analizaţi ce funcţionează şi ce nu în viaţa dumneavoastră. Trebuie să realizaţi că până şi regele junglei face greşeli!

**FECIOARĂ** 23.08-22.09

Parcurgeţi o perioadă în care veţi dori să vă organizaţi mai bine. Veţi simţi că înfloriţi sau sunteţi mândri de propriile realizări.

**BALANŢĂ** 23.09-22.10

Doriţi să vă îmbunătăţiţi starea sănătăţii, aşa că vă veţi schimba regimul alimenar.

Vă simţiţi atraşi de responsabilităţile legate de casă şi familie, dar şi de cele care ţin de carieră. Vă asumaţi destule obligaţii şi în momentul în care nu le mai puteţi face faţă sunteţi obligaţi să cereţi ajutorul celor din jur.

**SCORPION** 23.10-21.11

Săptămâna aceasta începe o nouă influenţă care energizează tot ce are legătură cu casa şi familia. S-ar putea chiar să vă implicaţi mai mult decât de obicei cu un părinte şi să staţi mai mult în casă. Şi reparaţiile la domiciliu sunt tentante. Aveţi grijă la cheltuieli!

**SĂGETĂTOR** 22.11-21.12

La începutul săptămânii aşteptaţi-vă la nişte dispute legate de bani sau de bunuri. Amintiţi-vă care este obiectivul principal pe care vi l-aţi stabilit pe termen lung. Viaţa dumneavoastră s-a cam aglomerat şi nu mai aveţi timp să vă ocupaţi de toate.

**CAPRICORN** 22.12-19.01

Intraţi într-o perioadă când vă concentraţi asupra banilor şi a câştigurilor. Veţi fi mai interesaţi de propriile posesiuni, veţi avea grijă de ele mai mult şi vă veţi organiza mai bine lucrurile. Ţineţi cont de noile idei de a face bani.

**VĂRSĂTOR** 20.01-18.02

Vă simţiţi puternici. Acum aveţi şansa să vă reîncărcaţi bateriile. Aveţi destulă încredere pentru a atrage oameni importanţi şi situaţii favorabile asupra dumneavoastră. Mulţi dintre dumneavoastră îşi vor folosi energia pentru a însufleţi o adunare.

**PEŞTI** 19.02-20.03

Se pare că acum vă preocupă mai mult să vă liniştiţi şi să vă relaxaţi. Începeţi să vă gândiţi la ce vă doriţi pentru perioada următoare. Stabiliţi-vă câteva obiective şi aduceţi-le pe drumul cel bun. Doar aşa le veţi realiza!

Nativul săptămânii: **RENÉ DUBOS** (20.02.1901 – 20.02.1982)

*A fost un microbiolog ecologist, umanist şi patolog experimental. Acest nativ al zodiei Peşti este cunoscut pentru cercetările şi scrierile sale pe o serie de subiecte, cum ar fi antibioticele, imunitatea dobândită, tuberculoza, pneumonia şi bacteriile indigene ale tractului gastrointestinal.*

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0 2 1 3 1 7 8 9 6 5

**Preţ abonament**

| PERIOADA | VALOAREA |
|---|---|
| ❑ 1 LUNĂ | 11,00 LEI |
| ❑ 2 LUNI | 22,00 LEI |
| ❑ 3 LUNI | 33,00 LEI |
| ❑ 4 LUNI | 44,00 LEI |
| ❑ 5 LUNI | 55,00 LEI |
| ❑ 6 LUNI | 66,00 LEI |

**Abonamente 2022**

**Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!**

**Abonamente 2022**

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1 Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

2 Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➔ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 40 euro sau 48 $,
– 6 luni: 80 euro sau 96 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR.

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1587 • ANUL LXV • 17 FEBRUARIE 2022 • 16 PAGINI • 3 LEI Nr. 7 (3337)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Spectacolul cunoaşterii

**PLANETELE URIAŞE** din Sistemul Solar

*Femina club*

*Pentru dumneavoastră, doamnă*

**Celulita şi mişcarea**

*Dosarele frumuseţii*

**Culorile anului**

*Minunile lumii*

Golful unde au coborât **DRAGONII**

***«Viaţa nu e o problemă care trebuie rezolvată, e un mister care trebuie trăit»***

*Gandhi*

# Uimitoarele exemple ale naturii

**DE LA ARMATELE DE INSECTE CLONATE, PASAJE SUBACVATICE SECRETE ŞI BROAŞTE CANIBALE,** balene care folosesc tactici de luptă superioare şi tardigradele cuantice, 2021 a fost un an în care lumea naturală i-a şocat pe cercetători, iar în câteva rânduri i-a descumpănit de-a dreptul. LiveScience a alcătuit o listă cu câteva dintre cele mă uimitoare exemple.

## *O armată de clone nemuritoare*

Există o specie de albine care reuşeşte să îşi creeze propria armată de clone nemuritoare, care a atras atenţia cercetătorilor din motive lesne de înţeles: această posibilitate ar putea fi folosită de oameni pentru armatele de roboţi dotaţi cu Inteligenţă Artificială (IA), despre care se tot vorbeşte de câţiva ani.

Printr-o întâmplare genetică ciudată, pe care cercetătorii n-au reuşit s-o explice deocamdată, această specie de albine şi-a creat propria sa armată de exemplare perfect identice, este ceea ce dezvăluia un studiu publicat vara trecută în publicaţia *Proceedings of the Royal Society B.*

Se ştia că lucrătorii unor specii de insecte sociale, cum ar fi furnicile, albinele şi viespile, se pot reproduce prin partenogeneză sau reproducere asexuată. Numai că acest proces duce la o pierdere permanentă a materialului genetic. O mutaţie genetică a permis albinelor din Capul Bunei Speranţe *(Apis mellifera capensis)* să se reproducă asexuat fără a pierde niciun material genetic, dar distrugând însă cuibul albinelor-gazdă.

Pe scurt, una sau mai multe albine A. Capensis intră în familiile de albine vecine. Ce este curios este felul în care ele pot să înşele paza şi sistemul de apărare al stupului. O dată ajunse în stup, aceste albine A. Capensis depun ouă pe care familia de albine gazdă le hrăneşte preferenţial şi încet-încet pun stăpânire pe familie. Experimente făcute au arătat că regina familiei dispare în câteva zile (1-15), doar într-un singur caz ea a rezistat 50 de zile. În 56-105 zile de la introducere, albina Capensis a înlocuit familia-gazdă.

Cercetări relativ recente arătau că atunci când este introdus într-o familie de albine europene, de pildă, puiet de A. Capensis încă din stadiul de larve, acest puiet este hrănit mai abundent, cumva asemănător cu larvele de matcă din botce. Astfel şi albinele rezultate au caracterele de lucrătoare diminuate şi capătă unele caractere de matcă. Foarte interesant că aceste larve sunt hrănite de albinele din alte specii (fie europene, fie Scutellata) mai bine decât ar fi îngrijite într-o familie din specia lor!

Explicaţia oferită de specialişti ar fi că acest lucru este posibil datorită unor hormoni secretaţi de larve, care determină albinele doice să le hrănească mai mult.

Acestea sunt faptele, dar cercetătorii încearcă să afle cum poate fi activată şi oprită gena responsabilă pentru această abilitate infinită de clonare şi în ce moment stupii parazitaţi de armatele clonelor ajung să se prăbuşească.

## *Iepuri-arheologi*

O descoperire extraordinară a avut loc anul trecut pe insula Skokholm din apropierea coastei Ţării Galilor (Marea Britania): obiecte din epoca de fier şi de bronz, comori de nepreţuit, aduse la lumină nu de săpături arheologice de specialitate, ci de o specie de iepuri care cresc pe insulă, după cum scrie LiveScience. Echipa de arheologi care a investigat locul a anunţat că este vorba despre o unealtă veche de 9.000 de ani din epoca de piatră şi de o piesă de ceramică, veche de 3.750 de ani, probabil un fragment dintr-o urnă spartă din epoca bronzului, potrivit Wildlife Trust of South and West Wales, care administrează insula Skokholm.

> CERCETĂTORII ÎNCEARCĂ DESEORI SĂ IMITE NATURA, DAR DE CELE MAI MULTE ORI EXEMPLELE OFERITE DE NATURĂ SUNT CELE CARE ÎI UIMESC PE OAMENII DE ŞTIINŢĂ.

Arheologii au mai descoperit şi în trecut obiecte similare pe continentul Regatului Unit, dar aceste noi descoperiri sunt primele de acest fel pe insula Skokholm şi indică faptul că oamenii au trăit acolo, sau au trecut pe acolo, cu mii de ani în urmă.

Insula, care se află la aproximativ 3 kilometri depărtare de coasta Pembrokeshire, un comitat din sud-vestul Ţării Galilor, este cunoscută pentru zecile de mii de păsări marine care cuibăresc acolo în lunile de primăvară şi de vară. Frumuseţea sa naturală şi fauna sălbatică i-au adus denumirea de „Insula Viselor".

Descoperirile arheologice realizate de-a lungul anilor au scos la iveală dovezi ale unor oameni preistorici care au trăit pe această insulă, dar despre ei nu se ştie mare lucru. Ce se ştie cu exactitate este doar faptul că începând cu anul 1324, insula Skokholm a devenit o fermă de iepuri pentru următorii 200 de ani – o practică comună pe insulă la acea vreme, potrivit Wildlife Trust. Se pare că unii dintre urmaşii acestor iepuri au făcut săpăturile care au dus la cele mai recente descoperiri, deoarece lucrătorii de la Wildlife Trust au fost cei care au găsit obiectele amintite chiar lângă aceste gropi de iepuri de pe insula Skokholm. Gardienii Richard Brown şi Giselle Eagle, care monitorizează insula, închisă deocamdată din cauza pandemiei, au găsit mai întâi obiectul neted, de formă ovală din epoca de piatră. Într-o postare pe blog, ei au descris-o drept „o pietricică cu aspect interesant. Cei doi au trimis fotografii ale pietricelei prin e-mail lui Toby Driver, un arheolog de la Comisia Regală din Ţara Galilor, care la rândul său a contactat expertul în scule de piatră preistorice, Andrew David. De îndată ce a văzut imaginile, David a ştiut că piatra era o descoperire semnificativă. „Fotografiile erau în mod clar ale unei «pietrişuri teşite» din mezoliticul târziu (epoca mijlocie a pietrei), un instrument despre care se crede că a fost folosit în sarcini precum pregătirea pieilor de focă pentru fabricarea ambarcaţiunilor îmbrăcate cu piele. sau pentru procesarea alimentelor, cum ar fi crustaceele, în rândul comunităţilor de vânători-culegători cu aproximativ 6.000-9.000 de ani în urmă", a scris David într-un e-mail.

„Deşi aceste tipuri de instrumente sunt bine cunoscute şi pe siturile de coastă din Pembrokeshire şi Cornwall, de asemenea ca şi în Scoţia şi nordul Franţei, acesta este primul exemplu de la Skokholm şi prima dovadă fermă că insula a fost locuită în mezoliticul târziu", a adăugat David.

La doar câteva zile mai târziu, Brown şi Eagle au găsit un alt obiect, de data aceasta un fragment de ceramică, în apropierea intrării în galeria săpată de iepuri. Fragmentul de ceramică provenea dintr-un vas cu pereţi groşi care fusese decorat cu linii incizate în jurul vârfului său, este de părere Jody Deacon, de la Muzeul National din Wales. „Un vas, probabil o urnă timpurie din epoca bronzului, un recipient asociat cu înmormântările prin incinerare", care datează undeva între 2.100 şi 1.750 î.e.n., după cum estima Deacon.

Morţii erau adesea incineraţi şi îngropaţi în urne în vestul Ţării Galilor la acea vreme, „dar aceasta este prima dovadă a unei astfel de urne în insula Skokholm sau în oricare dintre insulele aflate la vest de Pembrokeshire", mai spunea Deacon.

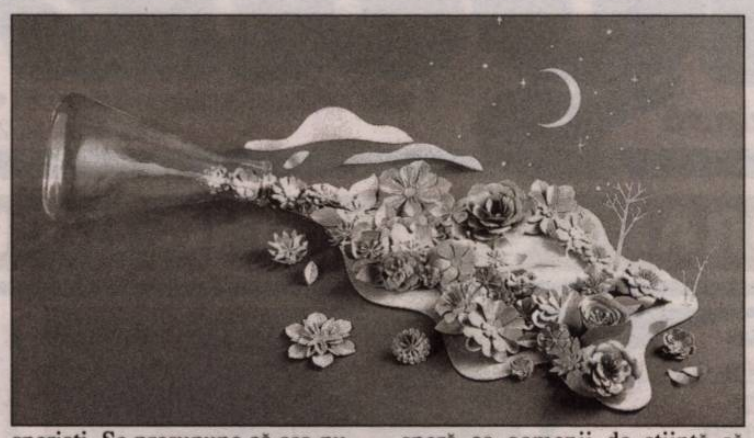
Acum, datorită acestor descoperiri asistate de iepuri, Comisia Regală Ţara Galilor intenţionează să demareze o serie de săpături arheologice pe insula Skokholm, asta şi datorită faptului că se bănuieşte existenţa unei „movile funerare din timpul epocii de bronz timpurie construită peste un aşezământ de vânători-culegători din Epoca de Piatră mijlocie, pe unde şi-au făcut galerii iepurii", declara Driver. „Este un loc adăpostit, unde se află acum cabana insulei şi este clar acolo de milenii."

**GEORGE CUŞNARENCU**

MUREŞ
TÂRGU-MUREŞ

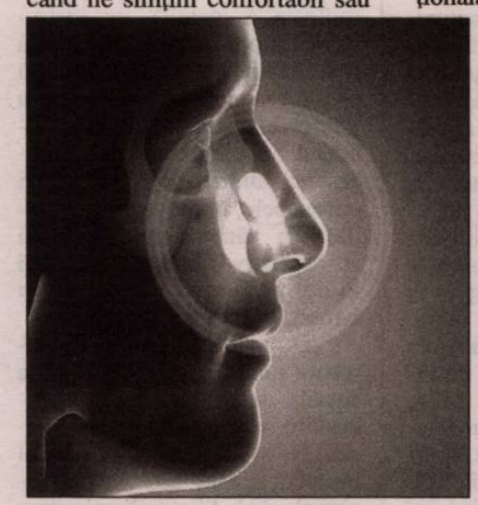
# Chimiosemnale îmbuteliate

***Oamenii de ştiinţă studiază mirosurile pe care corpul nostru le produce atunci când suntem fericiţi sau când ne temem, pentru a vedea cum pot acestea influenţa stările emoţionale ale altor persoane.***



Poate suna ca o secvenţă dintr-un film fantastic, însă specialiştii speră să poată îmbutelia mirosul de fericire, astfel încât să poată fi folosit pentru a ajuta oamenii cu fobii sau cu depresii.

În realitate, corpurile noastre produc diferite particule atunci când ne simţim confortabil sau speriaţi. Se presupune că aşa-numitele chimiosemnale – care sunt de fapt inodore – declanşează fericirea sau frica celorlalţi; este unul dintre modurile în care mirosul influenţează interacţiunile sociale ale oamenilor.



„Este ca o contaminare emoţională. Dacă simt frică, mirosul meu corporal va fi simţit de cei din jurul meu şi pot începe să simtă frică, în mod inconştient, afirmă Enzo Pasquale Scilingo, profesor la Departamentul de Inginerie Informaţională al Universităţii din Pisa. În mod similar, mirosul de fericire poate inspira o stare pozitivă altor persoane. Dacă putem găsi un miros care poate induce o stare fericită – sau o stare generală pozitivă – cred că putem ajuta mulţi oameni". Scilingo speră ca oamenii de ştiinţă să poată produce unul în câţiva ani. Acest lucru ar putea fi deosebit de important în condiţiile în care cazurile de depresie cresc în special în rândul tinerilor.

În cadrul unui proiect numit „Potion", cercetătorii folosesc videoclipuri pentru a induce frica sau fericirea oamenilor şi apoi colectează transpiraţia pentru a analiza compuşii chimici eliberaţi cu fiecare emoţie.

Următorul pas este de a sintetiza mirosurile şi... de a investiga modul în care acestea induc emoţii altora. În cele din urmă, mirosurile de frică şi răspunsurile oamenilor la acestea ar putea fi folosite pentru a ajuta psihiatrii să înţeleagă mai multe despre diferitele aspecte ale fobiilor şi depresiei, dar şi mirosurile de fericire ar putea fi folosite pentru a ajuta la tratament. (A.N.P.)

# Microrobot în vasele de sânge

Testele de laborator arată că un robot, cu o elice se poate deplasa prin vene „livra" medicamente pentru distrugerea cheagurilor. Are o formă de tirbuşon, inspirat de cozile unor bacterii precum *Escherichia coli,* şi poate ajuta la deblocarea cheagurilor.

Profesorul Li Zhang de la Universitatea Chineză din Hong Kong şi colegii săi au introdus robotul într-o venă sintetică plină cu sânge de porc şi au descoperit că acesta poate face ca medicamentele care distrug cheaguri de sânge să aibă o eficienţă de aproape cinci ori mai mare decât în cazul unei administrări obişnuite.

Rezultatele manipulării nanorobotice arată că asemenea structuri sunt extrem de flexibile şi stabile mecanic. Inspiraţi de flagelii bacteriilor mobile (acele „codiţe" cu un rol important în dinamica organismului respectiv) care au formă elicoidală, flagelii bacterieni artificiali (ABF) reprezintă un nou tip de microrobot „de înot". Ajuns în cheagul de sânge robotul eliberează un medicament standard, iar rotorul său împrăştie substanţa în jurul blocajului. Această tehnică de administrare descompune mai eficient cheagurile şi reduce pericolul de a crea fragmente mari care ar putea produce blocaje în aval, risc ce poate apărea în cazul unui tratament clasic.

Primele studii şi experimente arată că mişcarea, forţa şi cuplul generate de un ABF pot fi controlate cu precizie utilizând un câmp magnetic rotativ de mică putere. Aceşti microroboţi de înot elicoidal pot fi utilizaţi ca manipulatoare fără fir acţionate magnetic pentru manipularea microobiectelor în fluid, pentru livrarea medicamentului-ţintă, dar şi în terapii bazate pe celule stem sau încălziei localizate pentru distrugerea celulelor canceroase. Funcţionarea în varietatea de medii din corpul uman, precum şi tipurile de cheaguri care ar putea fi eliminate nu poate fi prevăzută, astfel că robotul ar fi cel mai util în vasele de sânge mai scurt, navigarea pe distanţe mari în corp fiind o mare provocare tehnică. *(A.N.P.)*

## Despre dublarea complementului

*Să vorbim corect!*

Auzim de multe ori în jurul nostru spunându-se: *„Avertizăm* pe turişti că drumul este accidentat" sau „Văd pe un copil care a fost premiat".

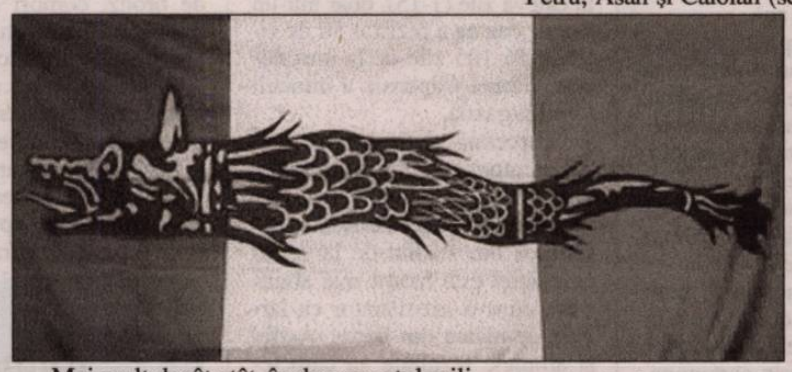
În aceste situaţii în care vrem să menţinem prepoziţia „pe" se impune o dublare a complementului direct prin folosirea formei neaccentuate a pronumelui personal. Procedeul se numeşte dublare clitică şi formele corecte ar fi: „Îi avertizăm pe turişti..." sau „Îl văd pe copilul...".

Desigur că tot corecte sunt formele în care este folosit substantiv cu articol hotărât: „Avertizăm turiştii..." sau „Văd copilul", forme care nu mai cer nicio altă adăugire. *(I.S.)*

# „Tricolor" multimilenar

***Drapelul naţional, unul dintre principalele însemne care definesc identitatea unui popor, este semnalat la locuitorii de acum două milenii din teritoriile nord-dunărene cu alcătuirea cromatică pe care o avem şi astăzi: roşu-galben-albastru (culori aşezate în ordine inversă, dinspre lance către exterior).***

În pofida minimalizării şi ridiculizării subiectului, inclusiv de către unii istorici români, există documente care atestă existenţa acestuia. Lupul dacic în variantă tricoloră a fost studiat de cercetători, iar concluzia a fost că roşu, galben şi albastru este cromatica reprezentativă a strămoşilor noştri. Istoricul şi militarul roman Ammianus Marcellinus (330-395 d.Chr.) se referă chiar la preluarea stindardului tricolor de către foarte multe legiuni romane, începând cu anul 175, dar în special odată cu vizita la Roma a împăratului Constantinus Flavius Iulius (Constanţiu al II-lea).



Mai mult decât atât, în documentul militar al arhivelor imperiale romane Notitia Dignitarium se menţionează că steagul de luptă al primilor geto-daci înrolaţi în legiunile imperiului în Bretania şi Capadocia avea aceleaşi trei culori.

Există ipoteza conform căreia în peninsula franceză de astăzi trăiesc urmaşi ai războinicilor nord-dunăreni de odinioară, care ar păstra în modul de trai curent anumite „ecouri" ale tradiţiilor lor specifice. Ulterior, după căderea Imperiului Roman de Apus, luptătorii bizantini au preluat acelaşi însemn, folosit în confruntările armate până spre sfârşitul veacului al zecelea.

Cel puţin la fel de importantă este şi semnalarea, în contextul revoltei din zona balcanică a valahilor şi bulgarilor conduşi de Petru, Asan şi Caloian (sec. al XII-lea), folosirii de către aceştia a unui steag tricolor cu imaginea binecunoscutului însemn al „lupului dacic", nelipsit în războaiele purtate de strămoşii noştri acum două milenii. Ei au reuşit să întemeieze un „regat al valahilor şi bulgarilor" intenţionând să unească cele două Dacii formând un mare regat român întins de la Carpaţi până la Munţii Balcani.

În fine, un mare semn de întrebare planează asupra „tăcerii" care a învăluit acelaşi subiect timp de mai mult de o jumătate de mileniu. Abia la 1821, se menţionează din nou folosirea în luptă de către oştenii lui Tudor din Vladimiri (Gorj) a tricolorului, devenit de altfel drapelul statului român după Revoluţia de la 1848.

**NICUŞOR DINCĂ**

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

*Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.*

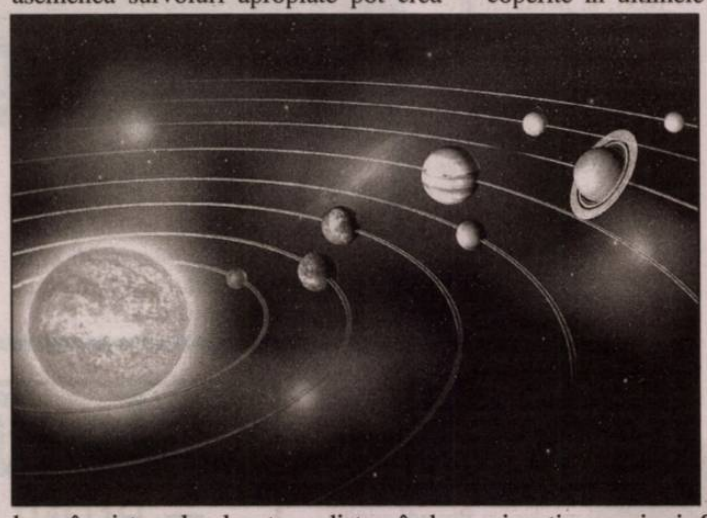
# Planetele uriașe din Sistemul Solar

***La începuturile formării sistemelor solare, Universul a fost un loc periculos, stelele „furându-și" reciproc planete atunci când treceau unele pe lângă altele cu viteze mari. Se presupune că acest fenomen a avut loc și în sistemul nostru solar, susțin specialiștii.***

Înțelegerea de către astronomi a modului în care s-au format planetele s-a produs în urma studierii vecinilor noștri cosmici, dar aceste explicații nu rezolvă o serie de „anomalii" observate la stelele vecine – ca de pildă existența unor planete masive, de tipul lui Jupiter, orbitând extrem de aproape de stele cu masă scăzută.

„Există o serie de observații diferite, care sugerează că teoria standard a formării sistemelor planetare nu se aplică în toate cazurile", spune Rosalba Perna, de la Universitatea Stony Brook, New York.

Perna și echipa ei au folosit simulări pe computer pentru a investiga ce se petrece când două stele învecinate se apropie mult una de alta. Ei au descoperit că în interiorul roiurilor dense de stele, asemenea survoluri apropiate pot crea



haos în sistemele planetare, distrugând, ejectând și chiar „furând" planete de la stelele-mamă, cu o regularitate medie de un caz de asemenea „furt" la un miliard de ani. Cifra poate părea minoră, dar având în vedere numărul imens de stele din roiul galactic asemenea „furturi" devin frecvente. Fenomenul ar putea explica de ce unele exoplanete uriașe, descoperite în ultimele decenii, se află la marginea unor sisteme solare învecinate, deși teoretic s-a născut în preajma unor stele de dimensiunea Soarelui nostru.

După cum se știe astăzi, Sistemul Solar s-a format cu miliarde de ani în urmă, dintr-un roi dens de peste 2.000 de alte stele.

Savanții consideră că există o extrem de mare probabilitate ca marii giganți gazoși ai Sistemului Solar – Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun – sau cel puțin unii dintre ei să fi fost smulși de gravitația solară de pe traiectoria lor în jurul altei stele, aflate în tranzit pe lângă Soare.

# Vânătoarea, o îndeletnicire de 2 milioane de ani

Deși până în prezent era larg acceptată ideea că primele exemplare hominide nu cunoșteau vânătoarea și erau mai degrabă ființe oportuniste, care consumau resturile de animale rămase după festinurile marilor carnivore, studierea unor oase de gazelă și antilopă găsite la Kanjera South, un sit arheologic de lângă Lacul Victoria, în vestul Kenya, pare să releve altceva.

Acum 2 milioane de ani, strămoșii oamenilor actuali cunoșteau deja vânătoarea și își capturau singuri prăzile, deci erau prădători și nu necrofagi.

Cercetătorii de la Universitatea San Diego, California, care au cercetat oasele respective au găsit pe ele urme de tăiere și răzuire cu obiecte ascuțite în locuri unde ar fi putut să fie lăsate doar dacă oamenii erau primii ajunși la cadavrele acelor ierbivore.

Anterior, mai fuseseră găsite oase cu urme de tăieturi și zgârieturi, datând de acum 3,4 milioane de ani, dar nu era clar dacă urmele respective fuseseră lăsate de hominizi sau de alte animale.

„Trecerea la un consum crescut de carne, de către hominizii Oldowan este bine reprezentată de oasele din Pleistocen găsite în estul Africii. Ea a reprezentat o importantă schimbare în evoluția dietară a hominizilor, care până atunci consumaseră cu precădere fructe și rădăcini.

Aportul sporit de carne a dus la dezvoltarea mai rapidă a creierului și a accelerat evoluția umană", este de părere paleontologul Jennifer Parkinson, de la Universitatea San Diego.

## Substanțele nocive metabolismului

*Poate părea un mod bizar de creștere în greutate, dar un nou studiu sugerează că substanțele chimice din produsele plastice i-ar putea îngrășa pe oameni.*

*Studiul a fost realizat de cercetătorii Universității de Știință și Tehnologie din Oslo, care au descoperit în produse de uz casnic precum sticle de ulei, bureți de bucătărie, șampoane sau fixative, numeroase substanțe chimice care ne afectează metabolismul și ar putea contribui la creșterea în greutate.*

*Examinând 34 de recipiente din plastic, în care produsele casnice veneau ambalate, savanții norvegieni au identificat 629 de substanțe chimice, dintre care 11 cunoscute pentru faptul că perturbează metabolismul uman, printre care ftalații și bisfenol-A.*

*„Experimentele noastre demonstrează că produsele obișnuite de plastic conțin un amestec de substanțe care ar putea constitui un factor relevant, dar subestimat, aflat la baza obezității umane", spune Martin Wagner, profesor la instituția menționată.*

*Substanțele chimice dintr-o treime din produsele plastice analizate contribuie la dezvoltarea celulelor adipoase, reprogramând celulele precursoare să devină celule adipoase, care la rândul lor se multiplică rapid, făcând ca organismul uman să acumuleze mai multă grăsime.*

*Până în prezent se știa doar că unele materiale plastice conțin substanțele chimice capabile să afecteze sistemul endocrin, dezvoltarea fizică și fertilitatea. Studiul efectuat în Norvegia este primul care relevă o posibilă legătură de cauzalitate între substanțele chimice din materialele plastice și obezitate.*

## Ciocolata care scade colesterolul

Se cunoaște că o alimentație sănătoasă ar putea fi la fel de bună în scăderea colesterolului ca și tratamentele cu statine, care au în plus o mulțime de efecte adverse – printre care apariția diabetului de tip 2, a hepatitei, pancreatitei, pierderilor de memorie și a scăderii vederii.

Dar puțini și-ar imagina o ciocolată capabilă să fie mai eficientă decât medicamentele clasice, în această privință. Și totuși, o companie americană numită Step One Foods a reușit să creeze o astfel de ciocolată, exclusiv din ingrediente naturale, care și-a dovedit eficacitatea după ce a fost testată pe 54 de voluntari cu probleme cauzate de colesterol.

După ce au consumat o singură lună „gustări sănătoase", respectiv smoothieuri și ciocolată având în compoziție, pe lângă cacao, nuci, semințe de chia și fructe de pădure, voluntarii au înregistrat scăderi medii de 9% ale nivelului de lipoproteine cu densitate scăzută (LDL sau așa-numitul „colesterol rău"), patru dintre participanții la studiu cunoscând chiar o scădere de 30%, mai bună chiar decât efectele celor mai puternice statine.

Tabletele de ciocolată conțin între 110 și 190 de calorii per porție și oferă organismului uman cel puțin 5 grame de fibre, adică un sfert din necesarul minim zilnic. „Această dietă simplă și eficientă ar putea schimba sănătatea întregii națiuni americane în doar 30 de zile. Implicațiile obținerii unei asemenea scăderi semnificative a colesterolului, doar în urma unei intervenții alimentare minore, sunt profunde", afirmă fondatoarea Step One Foods, dr. Elizabeth Klodas, care este medic cardiolog.

## Hainele roșii sau portocalii atrag țânțarii

Enervantele insecte care ne fac vara serile și nopțile un chin ar putea să ne ocolească dacă avem grijă nu neapărat cu ce haine ne îmbrăcăm, ci ce culori au acele haine. Astfel, un studiu efectuat la Universitatea Washington sugerează că țânțarii sunt atrași nu doar de mirosurile degajate de om prin transpirație și respirație, ci și de anumite culori, inclusiv roșu și portocaliu.

În schimb, ei au tendința de a ignora oamenii îmbrăcați cu haine de culoare verde, mov, albastru și alb. „Când țânțarii simt prezența anumitor compuși chimici, precum dioxidul de carbon din respirația umană, mirosul le stimulează ochii să caute

culori specifice și alte modele vizuale pe care le asociază cu o potențială țintă și să transmită informațiile la creier. Până acum, se știa că există trei elemente care îi atrag pe țânțari: respirația, transpirația și temperatura pielii. Acum, se adaugă și al patrulea – culoarea roșie, care se găsește nu doar în haine, ci și în pielea umană. Nuanța pielii nu contează – oamenii de culoare sau asiaticii sunt la fel de predispuși să devină victime ale țânțarilor – în schimb importantă este amprenta vizuală a pielii, pe care țânțarii o percep ca pe un semnal pe unde lungi, în gama coloristică roșu-portocaliu. De aceea, evitarea purtării de haine în aceste culori ar putea reprezenta o cale de a preveni înțepăturile țânțarilor.", explică principalul autor al studiului, Jeffrey Riffell, profesor de biologie la instituția menționată.

Este pentru prima oară când se pune în evidență faptul că factorii vizuali sunt aproape la fel de importanți ca aceia olfactivi în alegerea „victimelor" de către țânțari.

*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**

# Prima aventură amoroasă a Regelui-Soare

***Rămas orfan de tată la doar cinci ani, Ludovic al XIV-lea, Regele-Soare, a fost crescut de mama lui într-o atmosferă aproape puritană. Când Ludovic a împlinit 15 ani, regina-mamă, Anna de Austria a început, de comun acord cu Cardinalul Mazarin, să caute o femeie potrivită pentru a-l iniția pe adolescent în tainele amorului.***

Regina se temea că tânărul rege să nu fie, la vârsta adultă, la fel de inhibat de sexualitate ca și tatăl lui, Ludovic al XIII-lea (care se pare că suferea și de fimoză, ca și viitorul Ludovic al XVI-lea). Alegerea nu era un lucru ușor: femeia însărcinată să-l dezvirgineze pe regele Franței trebuia să fie una din anturajul regal, să aibă o origine aleasă, dar nu și ambiții de a-și depăși condiția, să fie discretă, experimentată (dar nu prea mult!), să fie curată și fără boli venerice, fermecătoare, dar nu într-atât încât să-i suceacă junelui suveran capul.

În cele din urmă, după consultări cu abilul Mazarin, regina s-a decis să o aleagă pe una dintre doamnele ei de companie, Catherine-Henriette Bellier, supranumită la curte „Cateau la Borgnesse" (Cate cea Chioară).

Cum implica și porecla, femeia nu avea un ochi și nu era considerată o frumusețe după standardele secolului XVII.

Născută în 1614, Catherine se căsătorise în 1634 cu un bogat negustor de textile, Pierre de

Beauvais și, grație șarmului ei, fusese admisă în cercul de intimi ai reginei Anna, deși „era nițel mai puțin urâtă ca dracul", după cum o ironizau ceilalți curteni.

Dar, în ciuda urâțeniei sale, tânăra avea o conversație spumoasă, era fermecătoare și mare maestră în vorbe de duh. Nu-i de mirare că atrăgea bărbații ca un magnet și chiar a avut câteva aventuri amoroase, sub ochii soțului ei – inclusiv o scandaloasă legătură cu episcopul de Sens.

La aproape 40 de ani, Catherine s-a văzut convocată în apartamentele reginei, unde i s-au dat instrucțiuni precise despre ce avea de făcut. Apoi, îmbrăcată cât se poate de seducător (sau mai curând dezbrăcată seducător), ea s-a instalat, într-o seară de toamnă a anului 1653, în patul tânărului rege.

Ludovic, care își petrecuse ziua la vânătoare, a venit la castel, a făcut o baie fierbinte și a rămas șocat să găsească în patul lui pe una dintre cele mai de încredere doamne de onoare ale mamei sale (și care avea cu doar zece ani mai mult decât aceasta!).

Nu știm ce s-a întâmplat ulterior, dar se pare că doamna Bellier și-a dus misiunea la bun sfârșit, deoarece Regele-Soare nu se va dovedi niciodată timid în relațiile cu sexul frumos, ba dimpotrivă!

În anii următori, regele o va vizita de multe ori pe „Cate cea Chioară", uneori petrecându-și nopțile cu ea. Pentru „servicii aduse Coroanei", femeia a primit o pensie uriașă, de 2.000 de livre, alături de titlul de baroneasă de Beauvais, două case în Paris și un hotel particular, Hôtel de Beauvais, construit în 1657 de arhitectul regelui, Antoine Le Pautre.

Câțiva ani mai târziu, de la un balcon al acestei clădiri, Anna de Austria va asista la parada organizată în cinstea nunții fiului ei cu Maria-Tereza de Austria, în compania Catherinei și a mult prea încornoratului soț al acesteia.

Dar soții Bellier au trăit liniștiți, până la moartea lui Pierre, în 1674, când văduva lui s-a retras de la curte, deși va continua să fie tratată cu cel mai deplin respect de „ucenicul" ei în artele amorului, până la moartea sa, în 7 iunie 1689, la Arrou.

Fotodocument

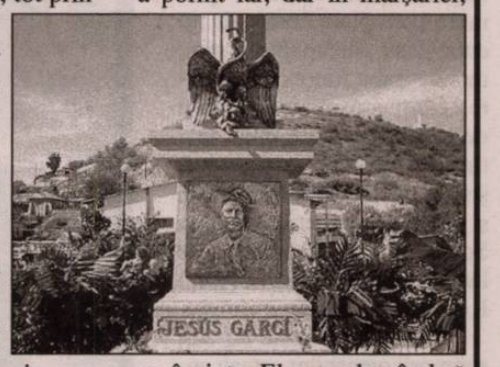
## Un tricolor uriaș

*În imagine se poate vedea uriașul drapel tricolor (8,3 m lățime și 16 m lungime) al navei de război franceze Le Genereux, capturată de unul dintre subalternii amiralului Nelson, căpitanul Sir Edward Berry, în cursul bătăliei de lângă insula Malta, în 1800. Drapelul, unul dintre cele mai vechi păstrate până în zilele noastre, conține încă așchii de lemn și urme de praf de pușcă, din cursul bătăliei și se află expus la Muzeul de Istorie din Norfolk.*

# Jesús García – eroul de la Nacozari

În 1896, soarta orășelului mexican Nacozari avea să fie profund schimbată, după descoperirea în apropiere a unor uriașe zăcăminte de cupru. Curând, pe fondul exploatării prețiosului metal de către Moctezuma Copper Corporation, Nacozari s-a dezvoltat, iar în 1899 a fost construită și o cale ferată pentru a aduce mai ușor minereul extras la uzinele de prelucrare din oraș.

După ce era transformat în bare sau sârme, cuprul era exportat în Statele Unite, tot prin intermediul căii ferate, care ajungea la Douglas, în Arizona. Unul dintre locuitorii din Nacozari se numea Jesús García și se mutase în oraș alături de mama și cei șapte frați ai lui.




Angajat încă de la 17 ani al companiei miniere Moctezuma, ca ajutor de fochist pe trenurile cu abur care asigurau transportul cuprului, după care devenise fochist și în cele din urmă conducător de atelaj. La 23 de ani, tânărul era foarte popular în orașul lui și adesea angaja orchestre de mariachi să-i cânte serenade fetei cu care se logodise, María de Jesús Soqui.

Aprecierea de care García se bucura, în rândul șefilor lui, a făcut ca în 1904 aceștia să-l trimită pe cheltuiala lor la Expoziția Universală din St. Louis, Missouri. Pe 7 noiembrie 1907, García a venit la muncă și a început să mute vagoanele cu minereu către oraș și să se întoarcă cu ele goale la mină. După ce a mâncat la prânz cu mama lui, tânărul s-a întors la trenul lui și a pornit spre mină.

Dar, la doar câteva minute, pornind să inspecteze trenul, a observat că în vagonul de lângă locomotivă cineva adusese câteva lăzi cu dinamită, despre care regulamentele prevedeau clar că nu trebuie depozitate decât în vagoanele din spate. Deja scânteile produse de cazanul locomotivei aprinseseră o ladă de dinamită, care fumega intens și, în ciuda eforturilor depuse de García și de ceilalți lucrători feroviari nu a putut fi stinsă.

Tânărul a înțeles imediat că el și toți cei din oraș se aflau într-un pericol uriaș. Dacă trenul ar fi ajuns la mină, exista riscul ca întregul depozit de dinamită al companiei, aflat nu departe de intrarea în galerie, să sară în aer, provocând o catastrofă. Fără să-și piardă cumpătul, García le-a cerut tuturor colegilor săi aflați în tren să coboare, a oprit locomotiva și a pornit iar, dar în marșarier, nu înainte. El avea de gând să îndepărteze trenul cât mai mult de mină, de oraș și apoi să-l ducă spre o zonă izolată din deșert.

García a pornit cu toată viteza înapoi și a reușit să ducă trenul la circa 7 km de oraș, când dinamita din lada fumegândă a explodat, declanșând o reacție în lanț. Explozia a distrus complet trenul și i-a ucis pe García, dar și pe alți unsprezece oameni aflați în zonă.

Tânărul ar fi împlinit peste doar o săptămână 24 de ani. Recunoscători pentru că salvase mii de vieți, locuitorii din Nacozari i-au înălțat eroului care s-a sacrificat pentru ei un monument, iar orășelul a fost redenumit oficial Nacozari de García.

Zece ani mai târziu, rămășițele pământești ale lui García au fost înhumate la baza acestui monument, iar Crucea Roșie Americană l-a declarat pe tânărul mexican „Erou al Umanității". Astăzi, în Mexic Ziua Lucrătorului Feroviar este sărbătorită în fiecare an pe 7 noiembrie, data când García și-a salvat orașul de la distrugere.

Astăzi în istorie

*17 februarie 1598*

# Boris Godunov este ales țar al Rusiei

Descendent al vechii familii boierești Kostroma, care servise cnejii Moscovei încă din cele mai vechi timpuri, Boris Godunov a fost unul dintre cei mai de încredere demnitari ai temutului țar Ivan cel Groaznic. De altfel, acesta și-a căsătorit fiul, pe țareviciul Fiodor, cu sora lui Boris, Irina. Când Fiodor a urcat pe tron, Boris Godunov a devenit principalul lui sfetnic și, practic, adevăratul conducător al Rusiei.

Dar, în ianuarie 1598, tânărul țar, fragil și bolnăvicios, a murit fără copii. Văduva lui a refuzat să fie încoronată și s-a călugărit. Ca atare, o lună mai târziu adunarea boierilor, Zemski Sobor, l-a ales țar pe fratele ei, Boris Godunov. Noul țar a decretat imediat o amnistie generală, a acordat privilegii boiernașilor urbani și pentru o vreme a interzis execuțiile în Rusia. Pentru a accelera modernizarea țării, a invitat în Rusia negustori și meșteșugari străini, scutindu-i de plata taxelor. Secetele și inundațiile au provocat, începând cu 1601, trei ani de foamete, în care, deși țarul a acționat energic, situația a continuat să se agraveze.

Au izbucnit pretutindeni răscoale, mai ales pe fondul zvonurilor că primul fiu al lui Ivan cel Groaznic, Dmitri, nu fusese ucis de tatăl lui, ci scăpase miraculos, fugise în Polonia și acum intenționa să-și reia tronul. Ajutat de polonezi și cazaci, acest fals Dmitri a pornit spre Moscova, dar a fost învins de armata țarului. În acest timp, starea de sănătate a lui Boris Godunov se degrada continuu. Chinuit de gută, acesta s-a retras tot mai mult din afacerile publice, devenind tot mai iritabil și mai suspicios.

Pe 13 aprilie 1605, țarul a murit pe neașteptate, în palatul de la Kremlin. Oficial, a căzut pradă unui atac de apoplexie, deși nu puțini au susținut că ar fi fost otrăvit. Moartea lui va fi urmată de aproape un deceniu de rebeliuni și haos – perioadă cunoscută ca „Vremea tulburărilor" – până când boierul Mihail Romanov va fi ales țar, inaugurând glorioasa dinastie a Romanovilor.

*Pagină realizată de* **GABRIEL TUDOR**